

༄༅། ། དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་དག་དོན་བཤད་པ་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ། །



རྩ་བ། འཕགས་པ་སྐྱེས་པ།  
འགྲེལ་བ། རྒྱལ་དབང་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ།

འགྲེལ་བ་མཛད་པ་པོའི་རྣམ་ཐར།.....	4
འགྲེལ་བའི་མཚོན་བཟོན་དང་ཚུལ་པ་དམ་བཅུ།.....	5
རབ་བྱེད་དང་པོ། རྒྱུན་བརྟག་པ།.....	7
རབ་བྱེད་གཉིས་པ། འགྲོ་འོང་བརྟག་པ།.....	23
རབ་བྱེད་གསུམ་པ། དབང་པོ་བརྟག་པ། .....	39
རབ་བྱེད་བཞི་པ། སྤང་པོ་བརྟག་པ། .....	46
རབ་བྱེད་ལྔ་པ། ཁམས་བརྟག་པ།.....	52
རབ་བྱེད་དྲུག་པ། འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་བརྟག་པ། .....	59
རབ་བྱེད་བདུན་པ། སྦྱོར་བ་དང་གནས་པ་དང་འཇིག་པ།.....	66
རབ་བྱེད་བརྒྱད་པ། བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་བརྟག་པ།.....	88
རབ་བྱེད་དགུ་པ། རྒྱ་ལོ་ན་གནས་པ་བརྟག་པ།.....	96
རབ་བྱེད་བརྒྱ་པ། མེ་དང་བྱེད་ཤིང་བརྟག་པ། .....	103
རབ་བྱེད་བརྒྱ་གཅིག་པ། རྒྱུན་དང་བྱི་མའི་མཐའ་བརྟག་པ།.....	113
རབ་བྱེད་བརྒྱ་གཉིས་པ། བདག་དང་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་བརྟག་པ།.....	119
རབ་བྱེད་བརྒྱ་གསུམ་པ། འདུ་བྱེད་བརྟག་པ། .....	126
རབ་བྱེད་བརྒྱ་བཞི་པ། སྤང་པ་བརྟག་པ། .....	132
རབ་བྱེད་བརྒྱ་ལྔ་པ། རང་བཞིན་བརྟག་པ།.....	138
རབ་བྱེད་བརྒྱ་དྲུག་པ། བཅིངས་ཐར་བརྟག་པ།.....	146
རབ་བྱེད་བརྒྱ་བདུན་པ། ལས་བརྟག་པ། .....	154
རབ་བྱེད་བརྒྱ་བརྒྱད་པ། བདག་དང་ཚོས་བརྟག་པ། .....	172

རབ་བྱེད་བཅུ་དགུ་པ། དུས་བརྟག་པ།.....	181
རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་པ། རྒྱུ་མཚན་པ་བརྟག་པ།.....	185
རབ་བྱེད་ཉེར་གཅིག་པ། རྒྱུ་མཚན་པ་དང་འཇིག་པ་བརྟག་པ།.....	199
རབ་བྱེད་ཉེར་གཉིས་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྟག་པ།.....	212
རབ་བྱེད་ཉེར་གསུམ་པ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྟག་པ། .....	222
རབ་བྱེད་ཉེར་བཞི་པ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བརྟག་པ། .....	236
རབ་བྱེད་ཉེར་ལྔ་པ། ལྷ་འདྲེ་ལས་འདས་པ་བརྟག་པ།.....	257
རབ་བྱེད་ཉེར་དྲུག་པ། སྤྱི་པའི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་བརྟག་པ།.....	270
རབ་བྱེད་ཉེར་བདུན་པ། ལྷ་བ་བརྟག་པ།.....	276

འགྲེལ་བ་མཛད་པ་པོ་འི་རྣམ་ཐར།

མཛད་པ་པོ་འི་རྣམ་ཐར།

རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐོང་དང་པོ་དགེ་འདུན་གྲུབ་ནི། རབ་བྱུང་བདུན་པའི་ལྷ་གསུམ་ལྷ་གཉིས་ ༡༣༧༡ ལོར་གཙུག་ལག་ལས་  
 སྟོན་དམ། གྲུ་མོ་ཞེས་པར་ཡབ་མགོན་པོ་རྣམ་པོ་འཕྲུལ་དང་། ཡུམ་མོ་མོ་ལོ་མཁའ་ལྷོད་ཀྱི་སྲས་སུ་སྐུ་འབྱུངས། སྐུ་ན་མ་  
 དུས་ཀྱི་མཚན་ལ་པདྨ་རྩེ་རྩེ་ཞེས་གསོལ། དཔལ་སྤར་ཐང་གི་རྩེ་གྲུབ་པ་ཤེས་རབ་ལས་དགེ་བསྐྱེད་ཀྱི་སྡེ་མ་པ་  
 བཞེས། བརྒྱ་སྟོན་ཅན་པ་ལས་ཡི་གེ་འབྲི་ལྷོ་གཤེགས་པར་སྐུ་བྱུངས། དགྲུང་ལོ་བཅུ་བཞིར་ཕེབས་སྐབས་གནས་  
 བརྟན་ཆེན་པོ་འི་རྣམ་འབྱུང་མཁན་ཆེན་གྲུབ་པ་ཤེས་རབ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྡེ་མ་པ་མཛོམས། མཚན་  
 ལ་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ་དཔལ་དུ་གསོལ་བར་བྱིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཟང་པོ་ཞེས་གསུངས་སྟོན་མཛད། དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་  
 པར་ཁོང་ཉིད་ལས་དགེ་སྦྲོང་གི་སྡེ་མ་པ་མཛོམས། ཤིང་ལྷ་གཉིས་ ༡༤༡༥ ལོར་དགྲུང་ལོ་ཉེར་ལྔར་ཕེབས་སྐབས་  
 དབུས་སུ་ཕེབས་ཏེ་རྩེ་ཚོང་ཁ་པ་དང་ཐོག་མར་མཇུག། དེ་ནས་རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྟོན་པོ་ལྷ་དུ་བསྐྱེད་ནས་གཞུང་  
 ལྷ་གསུམ་རབ་འབྱུངས་ཀྱི་མཚོར་ཐོས་བསམ་སྟོན་གསུམ་གྱིས་སྟོན་གཉེར་གནང་སྟེ། སྟོན་མའི་གཙོ་བོར་གྱུར།  
 ལོ་ངོ་བཅུ་འདུལ་བར་གསུངས་ཕུ་ཉེ་ཐོག་དང་། རི་བོ་དག་ལྷན། འཕམ་ཡུལ་གྲོས་ལ་སོགས་པར་མཁའ་བཙུན་བཟང་  
 གསུམ་གྱི་སྐྱ་མ་རྩལ་ལྷ་གཉིས་ཅན་ལ་བརྟན་པ་དང་། ཁུང་པར་བཀའ་རྒྱུ་མཚུངས་མེད་ཀྱི་སྐྱ་མ་གསུམ་སྟེ། དང་  
 པོར་བཀའ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་མཁའ་ཆེན་གྲུབ་པ་ཤེས་རབ་དང་། བར་དུ་བཀའ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་རྩེ་བཙུན་ཅོང་ཁ་པ། མཐའ་མར་  
 བཀའ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་མཁའ་གྲུབ་ཤེས་རབ་སེལ་བཅས་ཡིན། དེ་ལྟར་རྩེ་འདིས་སྐུ་ཆོག་གང་པོར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་  
 མ་ལས་མདོ་སྐྱེད་པ་རིག་གནས་དང་བཅས་པའི་གཞུང་དོན་ལ་ཐོས་བསམ་མཐེལ་བྱིན་པ་མཛད་པས་མཁའ་པའི་  
 དབང་པོར་གྱུར། བོ་དོང་པརྩེ་ཏས་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཞེས་མཚན་གསོལ། པཎ་ཆེན་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ་ཞེས་པའི་  
 མཚན་སྟོན་གྱི་གྲགས་པས་ཡོངས་སུ་ཁྱབ། རབ་བྱུང་བརྒྱད་པའི་མེ་ཏྲ་གཉིས་ ༡༤༢༦ ལོར་དགྲུང་ལོ་སོ་དྲུག་པར་  
 གཙུང་དུ་ཕེབས་ཏེ། སྤར་ཐང་བྱང་ཆེན་དང་། རི་ཕུད། ཐུག་དམར་སོགས་སུ་བཞུགས་ཏེ་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བར་  
 འཆད་ཉན་དང་གྲུ་ཆོགས་འཕེལ་བར་མཛད། དགྲུང་ལོ་དབུན་པར་འཕྱོངས་ཀྱས་པ་དང་དཔལ་འབྱོར་བཟང་པོས་  
 རོགས་སྦྱོར་དང་མཐུན་རྒྱུ་མཛད་པར་བརྟན་གྱི་ལོ་ ༡༤༤༧ ལོར་བཀྲ་ཤིས་ལྷན་པོའི་དགོན་པ་ཐུག་བཏབ་པ་དང་།  
 རྩེ་ནས་བྱམས་ཆེན་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཉན་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་བཞེདས། སྟོན་མ་གྲགས་ཆེན་གྱི་འདུལ་འཛིན་  
 དཔལ་ལྷན་བཟང་པོ་སོགས་མཁའ་གྲུབ་སྐྱེས་ཆེན་མང་དུ་བྱོན། གསུང་ཚོམ་ནི། འདུལ་བའི་སྐྱེད་འབྱུང་དང་། མདོ་  
 རྒྱུ། ཆོད་མའི་རྒྱུ། ཙ་འབྱུག་གི་རྒྱུ་སོགས་པོ་ཏི་བདུན་ཅན་བཞུགས། རབ་བྱུང་བརྒྱད་པའི་ཤིང་ཏྲ་གཉིས་  
 ༡༤༧༤ ལོར་སྐུ་གཤེགས། །

འགྲེལ་བའི་མཆོད་བརྗོད་དང་རྩོམ་པ་དམ་བཅའ།.....

དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་གྱི་རག་དོན་བཤད་པ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བ།

ཆོས་དབྱིངས་ནམ་མཁར་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་རྣམ་འབྱེད་དམ་ཆོས་ཚ་བེར་ཅི་ཡང་འཕྱོ། །  
ཤེས་བྱ་ཀུན་ཤེས་ངི་མེད་ཡེ་ཤེས་འོད་བེར་སྒྲུང་ལྡན་འགོ་ཀུན་ཐབས་ཤེས་པ་སྤྱོད་པ་གཉིས། །  
སྤྱིད་པ་ཇི་སྤྱིད་སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་མེ་མཆོག་ཁྱོད་སྤྱིད་པའི་ཆོང་ཆོང་ངེས་པར་སྤྱེག། །  
སོམ་ཉིའི་ཐུན་སེལ་ཉིམ་ལས་ལྷག་ཉིམ་འི་གཉིན་གྱུར་སྤྱི་བའི་ཉིམ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག། །

ཆགས་དང་བྲལ་ཡང་ཡིད་འོང་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས། །  
ཁྱོ་བོ་སྤངས་ཀྱང་རྣོ་བའི་རལ་གྱི་འཛིན། །  
མྱོངས་པ་སངས་ཀྱང་ད་དུང་སྤྱེགས་བམ་བསྐྱམས། །  
རྒྱལ་བ་བརྟེས་ཀྱང་གཞོན་ཅུར་གྱུར་ལ་འདུད། །

གང་སྐྱུ་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས་པ་ནི། །  
མ་གཏད་རིལ་རྒྱ་སྐྱར་བཀྲམ་པ་བཞིན། །  
བཏྲ་བས་མི་ངོམས་ཀུན་གྱི་ཡིད་འཕྱོག་མ། །



ལྷག་པའི་ལྷ་མོ་ཡུལ་བསྐྱམས་ལ་འདུད། 1

གངས་རིའི་མདངས་འཕྲོག་ཁྱོད་སྐྱུ་མ་ལགས་འགྲོ་བའི་མིག་གི་བདུད་ཚྭོ། 1  
 ཆོངས་དབྱངས་ལྟར་སྒྲན་ཁྱོད་གསུང་མ་ལགས་གཞན་ཡིད་འགྲུགས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་ཡིན། 1  
 ཆོས་ཀྱན་གསལ་བ་ཁྱོད་ཐུགས་མ་ལགས་བྱམས་དང་བརྟེ་བའི་གཏེར་ཆེན་མ། 1  
 གང་དེ་མངའ་བ་དབྱངས་ཅན་མ་ལགས་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གཅིག་ཁྱོད་ལ་འདུད། 1

ལེགས་བཤད་ཐུགས་རྟག་ཏུ་འདུ་ལ་ཁེངས་པའི་སྒྲོན་གྱི་གོ་སྐབས་མེད། 1  
 མཆན་མའི་ལྷང་གིས་གཡོ་བ་མེད་ཀྱང་ཕྱིན་ལས་རྒྱབས་སྤེང་ཆལ་ཆེལ་གཡོ། 1  
 སློ་རྒྱུ་ལྟ་ཏམ་རིང་དུ་སྤངས་ཀྱང་སློ་གསལ་ངང་པའི་ཆོགས་ཀྱིས་བསྟེན། 1  
 མཁས་མང་ལྷ་ཡི་བཞེད་དོན་སྐྱབ་ཀྱང་མི་རྟོག་མཆོ་ཆེན་ཁྱོད་ལ་འདུད། 1

བྱབ་པའི་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྔན་ཆུས། 1  
 ལྷ་སྐྱབ་སློ་མཆོ་རྒྱས་པ་ལས་འབྱུངས་པའི། 1  
 དབུ་མ་རྩ་བའི་ལེགས་བཤད་ཀྱན་རི་ཆེལ། 1  
 རབ་ཏུ་རྒྱས་མཛད་སྤྱོད་བའི་ཞབས་ལ་འདུད། 1

དེ་ཉིད་གཟིགས་པའི་སློ་བཟང་ཉི་འོད་ཀྱིས། 1  
 སྤྱིབ་ཐུན་ཀྱན་སེལ་བྱབ་བསྐྱུན་པ་རྟོའི་ཆེལ། 1

ཆེས་ཆེར་རྒྱས་མཛད་མཚུངས་མེད་ཅོང་ཁ་པ། །  
དུན་པ་ཅམ་གྱིས་དད་པའི་སྤྱ་ལོང་གཡོས། །

དེ་ཡི་ལེགས་བཤད་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས། །  
རྒྱ་དོན་རིན་ཆེན་སྤེང་བ་འདིར་སྤངས་ཏེ། །  
སྤེབ་ལེགས་གསེར་གྱི་སྐྱད་པས་རབ་བརྒྱས་ནས། །  
སྤོ་གསལ་སྤོ་ཡི་མགྱིན་པ་བརྒྱན་པར་བགྱ། །

རབ་བྱེད་དང་པོ། རྒྱན་བརྟག་པ།

རབ་བྱེད་དང་པོ། རྒྱན་བརྟག་པ།.....

༄༅། །དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་འཆད་པ་ལ་བཞི། མཚན་གྱི་དོན། འབྱུང་གི་ཕྱག་ །  
གཞུང་གི་དོན། མཇུག་གི་དོན་ནོ། །

དང་པོ་(མཚན་གྱི་དོན་)ནི། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བརྒྱ་ནི། བོད་སྐད་དུ་ཤེས་རབ། ན་མ་ནི།  
ཞེས་བྱ་བ། སྤྱ་ལ་ནི། ཙ་བ། མ་རྒྱ་མ་ཀ་ནི། དབུ་མ། ཀུ་རི་ཀ་ནི། ཆོག་ལེན་པ་བྱས་  
པའོ། །

གཉིས་པ་ (འབྱུང་གྱི་ཕྱག་) རི།

འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཉུང་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

གསུམ་པ་ (གཞུང་གི་དོན་) ལ་གསུམ། སྟོན་པ་ལ་རྟེན་འབྱུང་མཐའ་བུ་གསུང་བའི་སྒོ་  
ནས་བསྟོད་པ། རྟེན་འབྱུང་མཐའ་བརྒྱད་དང་བུ་བར་འབྲེལ་པའི་ཚུལ། དེ་ལྟར་སྟོན་  
པའི་བཀའ་འདི་རྣམས་སུ་དྲན་པའི་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་ (སྟོན་པ་ལ་རྟེན་འབྱུང་མཐའ་བུ་གསུང་བའི་སྒོ་ནས་བསྟོད་པ་) རི།

གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །

འགག་པ་མེད་བ་སྐྱེ་མེད་པ། །

ཆད་པ་མེད་པ་རྟག་མེད་པ། །

འོང་བ་མེད་པ་འགོ་མེད་པ། ། ༡

ཐ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། །

སྟོས་པ་ཉེར་ཞི་ཞི་བསྟན་པ། །



རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་སྐུ་ལྟེན་གྱི། ༡

དམ་པ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆིལ་ལོ། ༢

ཕྱག་འཆིལ་ལོ། ༡ གང་ལ་ན། གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་བསྟན་པའི་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་སྐུ་ལྟེན་གྱི་དམ་པ་དེ་ལ་ལོ། ༡

ཇི་ལྟར་བསྟན་ན། འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་གི་གཟིགས་དོར་སྐད་ཅིག་གིས་འཇིག་  
པའི་འགག་པ་མེད་པ་དང་། དངོས་པོར་རེད་པའི་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། སྤྲུལ་སྐུ་ཆད་པ་  
མེད་པ་དང་སྐྱེ་དུ་རྟག་པ་མེད་པ་དང་། ཡུལ་རིང་བ་ནས་འོང་བ་མེད་པ་དང་། ཉེ་བ་ནས་  
འགོ་བ་མེད་པ་དང་། དོན་ཐ་དད་མིན་པ་དང་། དོན་གཅིག་མིན་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་བརྟུན་  
བྱ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུལ་སྐུ་ལྟེན་གྱི་ཞུ་བ་ཞི་ཞིང་འཁོར་བའི་ཉེར་འཆེ་མ་ལུས་པ་ཞི་  
བའི་སྐུ་དན་ལས་འདས་པ་བསྟན་པ།

གང་ཟག་གི་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་སོ། ༡ དུས་ནི་བསྟན་བཅས་ཚུལ་པའི་ཐོག་མར་རོ། ༡  
དགོས་པ་ནི་རང་ཉིད་དམ་པའི་སྤྲུལ་སྐུ་ལྟེན་པ་དང་མཐུན་པ་དང་། གདུལ་བྱ་སྤྲུལ་སྐུ་ལ་ དང་བ་  
སྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ལོ། ༡

ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་བསྟན་བཅས་ཚུལ་པའི་ཐོག་མར་རྟེན་འབྱུང་མཐའ་བུལ་དུ་གསུང་བའི་སྒོ་  
ནས་བསྤྲོད་པ་ཆོས་ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ། སྤྲུལ་སྐུ་བ་པོ་གཞན་ལས་བྱུང་དུ་ཞུགས་  
པར་རྟོགས་ནས་དེ་ལ་དང་བ་སྐྱེད་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (རྟེན་འབྱུང་མཐའ་བརྒྱད་དང་བལ་བར་འབྲེལ་པའི་ཚུལ་) ལ་གསུམ། རྟེན་འབྱུང་རང་  
བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་བསྟན་པ། དེ་རྟོགས་མ་རྟོགས་ལས་འཁོར་བར་འཇུག་ལྡོག་བྱེད་  
ཚུལ། རྟེན་འབྱུང་རྟོགས་ན་ལྟ་བ་དན་པ་ལྡོག་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ (རྟེན་འབྱུང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་བསྟན་པ་) ལ་གཉིས། དངོས་དང་། རྩོད་སྤང་དོ།

དང་པོ་ (དངོས་) ལ་གཉིས། བདག་མེད་གཉིས་མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་དོ། །

དང་པོ་ (བདག་མེད་གཉིས་མདོར་བསྟན་པ་) ལ་གཉིས། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ལ་བརྟགས་  
ནས་ཆོས་ལ་རང་བཞིན་དགག། ། འགྲོ་འོང་གི་བྱ་བྱེད་ལ་བརྟགས་ནས་གང་ཟག་ལ་  
རང་བཞིན་དགག་པའོ། །

དང་པོ་ (རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ལ་བརྟགས་ནས་ཆོས་ལ་རང་བཞིན་དགག་པ་) ལ་གཉིས། འབྲས་བུ་ལ་  
སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་དགག། ། སྐྱེ་བྱེད་ལ་རྒྱུན་གྱི་རང་བཞིན་དགག་པའོ། །

དང་པོ་ (འབྲས་བུ་ལ་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་དགག་པ་) ལ་གཉིས། མཐའ་བཞིན་སྐྱེ་བ་དགག་པ།  
གཞན་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་ལ་ལུང་འགལ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་དག་གི་པ་)ནི། སྤར་འགག་པ་མེད་པ་སྐྱེ་མེད་པ། ཞེས་བསྟན་ན།  
 ཉེན་འབྱུང་མཐའ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞེ་ན། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་བཀག་  
 པས་གཞན་རྣམས་ཁེགས་སྤྲོ་བས་དེ་འགོག་པ་ནི།

བདག་ལས་མ་ཡིན་བཞན་ལས་མིན། །  
 གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མིན། །  
 དངོས་པོ་གང་དག་གང་ན་ཡང་། །  
 སྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༣

ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་གང་དག་ཆོས་ཅན། ཡུལ་དུས་གྲུབ་པའི་མཐའ་གང་ན་ཡང་བདག་  
 ལས་སྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤར་ཡང་སྐྱེ་བ་དོན་མེད་དང་བྲལ་མེད་དུ་འབྱུང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། ། ཆོས་ཅན། ཡུལ་དུས་གྲུབ་པའི་མཐའ་གང་ན་ཡང་གཞན་ཡང་གཞན་  
 ལས་སྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་ལས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་ཐལ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། ། ཆོས་ཅན། བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བདག་གཞན་རེ་རེ་བ་ལས་སྐྱེ་བ་ཁེགས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཆོས་ཅན། རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་  
 ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩོམ་པ་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(གཞན་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་ལ་ལྷུང་འགལ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས། རྩོད་པ་དང་། ལན་ནོ། །

དང་པོ་(ཙུ་པ་)ནི།

རྒྱུན་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ་རྒྱུ་དང་ནི། 1

དམིགས་པ་དང་ནི་དེ་མ་ཐག། 1

བདག་པོ་ཡང་ནི་དེ་བཞིན་ཏེ། 1

རྒྱུན་ལྔ་པ་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། 1 ར

རང་སྟེ་དངོས་སྟོབས་རྣམས་ན་རེ། བདག་སྟེ་མེད་པས་གཉིས་ཀ་ལས་སྟེ་བ་མི་རིགས་  
 ཤིང་རྒྱུ་མེད་ལས་སྟེ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐ་ཆད་པས་མི་རིགས་མོད། གཞན་ལས་མིན།  
 ཞེས་གཞན་སྟེ་བཀག་པ་ནི་མ་ལེགས་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དངོས་པོ་རྣམས་  
 རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་རྒྱུན་བཞི་ལས་སྟེ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྒྱུན་རྣམ་པ་བཞི་  
 སྟེ། རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་ནི་དམིགས་པའི་རྒྱུ་དང་ནི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་དང་བདག་པོའི་རྒྱུ་ཡང་  
 ནི་དེ་བཞིན་ཏེ་རྒྱུན་ལྔ་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། 1 དེས་ན་གཞན་སྟེ་བཀག་པ་ལུང་དང་  
 འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་(ལན་)ནི།

དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། 1

རྒྱུན་ལ་སོགས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། 1

དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་ཆོས་ཅན། རྒྱུན་ལ་སོགས་པ་ལ་རང་མ་སྐྱེས་པའི་  
དུས་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་དུས་ན་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
གཞན་འབྱུང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

### བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་མིན་ན། 1

རྒྱུན་ལ་སོགས་པ་ལ་རང་མ་སྐྱེས་པའི་དུས་ན་བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།  
ཡང་ཆོས་ཅན། རྒྱུན་མི་འབྱུང་བའི་དུས་ན་རྒྱུན་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེར་  
ཡོད་ན་རྒྱ་མེད་དུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། ། འདོད་ན།

### གཞན་དངོས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། 1ཡ

རྒྱུན་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་པའི་དངོས་པོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུན་  
སོགས་རྣམ་པར་མི་འབྱུང་བའི་དུས་ན་བདག་གི་དངོས་པོ་མིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་  
གཞན་སྐྱེ་བཀག་པ་ལ་ལུང་གིས་མི་གཞོད་དེ། གཞན་སྐྱེ་ལ་རིགས་པས་གཞོད་པའི་  
ཕྱིར།

གཉིས་པ་(སྐྱེ་བྱེད་ལ་རྒྱུན་གྱི་རང་བཞིན་དགག་པ་)ལ་གསུམ། རྒྱུན་གྱིས་རང་བཞིན་སྤྱད་མོང་དུ་  
དགག། སོ་སོར་དགག། སྤྱད་མོང་དུ་འགོག་ཚུལ་གཞན་བསྟན་པའོ། །



དང་པོ་(རྒྱལ་གྱིས་རང་བཞིན་སྤྲོད་པ་དག་པ་)ལ་གཉིས། བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱལ་དུ་རྟོག་པ་  
དག་པ་པོ། ། ལས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རྒྱལ་དུ་རྟོག་པ་དག་པ་པོ། །

དང་པོ་(བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱལ་དུ་རྟོག་པ་དག་པ་)ལ་གཉིས། སྐྱེ་བའི་བྱ་བ་བསྐྱབས་པའི་རྒྱ་  
མཚན་གྱིས་རྒྱལ་དུ་རྟོག་པ་དག་པ་ ། འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རྒྱལ་དུ་རྟོག་  
པ་དག་པ་པོ། །

དང་པོ་(སྐྱེ་བའི་བྱ་བ་བསྐྱབས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རྒྱལ་དུ་རྟོག་པ་དག་པ་)ནི། བར་སྐྱེད་པ་ན་རེ།  
རྒྱལ་གྱིས་བྱ་བ་བསྐྱབས་བྱ་བས་རྣམ་ཤེས་དངོས་སུ་སྐྱེད་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས།

བྱ་བ་རྒྱལ་དང་ལྡན་པ་མེད། །

རྒྱལ་དང་མི་ལྡན་བྱ་བ་མེད། །

བྱ་བ་བདེན་གྱུ་བ་རྒྱལ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱ་བ་བདེན་གྱུ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
རྒྱལ་དང་མི་ལྡན་པའི་བྱ་བ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ན་འབྲས་བུ་རྒྱ་མེད་དུ་འབྱུང་བར་ཐལ་  
བའི་ཕྱིར། དེས་ན་བྱ་བ་བདེན་གྱུ་བ་ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

བྱ་བ་མི་ལྡན་རྒྱལ་མ་ཡིན། །

བྱ་བ་ལྡན་རེ་འོན་ཏེ། ། ༦

འོན་ཏེ་རྒྱུན་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་སྐྱེད་དོན་ཞེ་ན། མིག་སྟོན་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པར་  
རྒྱུན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱ་བ་མི་ལྡན་པའི་ཕྱིར། འོན་ཏེ། བྱ་བ་དང་དོན་དམ་པར་ལྡན་ནོ་  
ཞེ་ན། བྱ་བ་དང་དོན་དམ་པར་ལྡན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་དམ་པར་བྱ་བ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ (འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རྒྱུན་དུ་རྟོག་པ་དགག་པ་) རི། བྱ་བ་དང་ལྡན་མ་ལྡན་གྱི་  
དབྱེད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།

འདི་དག་ལ་བརྟེན་སྐྱེ་བས་ན། །

དེ་ཕྱིར་འདི་དག་རྒྱུན་ཞེས་གྲག། །

མིག་སྟོན་ཆོས་ཅན་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་ཤེས་སྐྱེ་བས་ན་དེའི་ཕྱིར་མིག་སྟོན་ཆོས་ཅན་འདི་  
དག་རྒྱུན་ཞེས་གྲག་གོ། །

ཇི་སྟེང་རྣམ་ཤེས་མི་སྐྱེ་བ་དེ་སྟེང་དུ་རྒྱུན་མིན་ཇི་ལྟར་

འདི་དག་རྒྱུན་མིན་ཇི་ལྟར་མིན། ། ༢

མིག་སྟོན་ཆོས་ཅན། ཇི་སྟེང་རྣམ་ཤེས་མི་སྐྱེ་བ་དེ་སྟེང་དུ་རྒྱུན་མིན་ཇི་ལྟར་  
མིན་ཏེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་བྱ་བ་དང་ལྡན་པས་རྒྱུན་དུ་འཛོག་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ལས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་རྒྱ་དུ་རྟོག་པ་དགག་པ་)ནི། ས་བོན་ལྷ་གཉིས་ཀྱི་ཡིན་ཏེ། ས་བོན་ལ་  
བརྟེན་ནས་ལྷ་གཉིས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

མེད་དམ་ཡོད་པའི་དོན་ལ་ཡང་། 1

རྒྱ་རི་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། 1

མེད་ན་གང་གི་རྒྱ་དུ་འགྱུར། 1

ཡོད་ན་རྒྱ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། 1 ༢

རང་རྒྱའི་དུས་ན་མེད་པར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དོན་ལ་ཡང་རྒྱ་རི་རུང་བ་མ་ཡིན་  
ཏེ། མེད་ན་གང་གི་རྒྱ་དུ་འགྱུར་བ་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར། རང་རྒྱའི་དུས་ན་ཡོད་  
པའི་དོན་ལ་ཡང་རྒྱ་རི་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་རྒྱའི་དུས་ན་ཡོད་ན་རྒྱ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ་  
སྟེ་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། 1

གཉིས་པ་(སྒྲོན་ས་དགག་པ་)ལ་བཞི། རྒྱ་རྒྱའི་མཆོན་ཉིད་དགག་ 1 དམིགས་རྒྱའི་  
མཆོན་ཉིད་དགག་ 1 དེ་མ་ཐག་རྒྱའི་མཆོན་ཉིད་དགག་ 1 བདག་རྒྱའི་མཆོན་ཉིད་  
དགག་པའོ། 1

དང་པོ་(རྒྱ་རྒྱའི་མཆོན་ཉིད་དགག་པ་)ནི། རྒྱ་རྒྱའི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། དེའི་མཆོན་ཉིད་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འབྲས་བུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་རྒྱ་རྒྱའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གང་ཆེ་ཆོས་ནི་ཡོད་པ་དང་། །  
མེད་དང་ཡོད་མེད་མི་འགྲུབ་པས། །  
ཅི་ལྟར་སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱ་ཞེས་བྲ། །  
དེ་ལྟར་ཡིན་ན་མི་རིགས་སོ། ། ༩

འབྲས་བུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་རྒྱ་རྒྱེན་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་  
ཞེས་བྲ་སྟེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གང་གི་ཆེ་འབྲས་བུ་ནི་ཆོས་ནི་རྒྱ་དུས་ན་ཡོད་པ་དང་མེད་  
པ་དང་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར།

འདོད་པ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་རྒྱ་རྒྱེན་གྱི་མཚན་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་  
རྒྱ་རྒྱེན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ་ལོ། །

གཉིས་པ་(དམིགས་རྒྱེན་གྱི་མཚན་ཉིད་དགག་པ་)ནི། དམིགས་རྒྱེན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ།  
རྣམ་ཤེས་སྒྱེ་བའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དམིགས་བྱ་དམིགས་པའི་སྔ་རྩལ་ན་  
ཡོད་པ་འཕ་མེད་པའི་རྣམ་ཤེས་ལ་དམིགས་རྒྱེན་རྟོག་ །  
དང་པོ་ལྟར་ན།

ཡོད་པའི་ཆོས་འདི་དམིགས་པ་ནི། །  
མེད་པ་ཁོ་ན་ཉི་བར་བསྟན། །

རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོས་འདི་ཆོས་ཅན། དམིགས་པ་ནི་མེད་པར་ཁོ་ནར་ཉེ་བར་བསྟན་  
པར་བཤམ། དམིགས་བྱ་དམིགས་པའི་སྒྲ་རྩལ་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཅི་སྟེ་ཆོས་ནི་མེད་དམིགས་ན། །  
དམིགས་པ་ཡོད་པ་ག་ལ་འབྱུང། ། ༡༠

ཅི་སྟེ་གཉིས་པ་ལྟར་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོས་ནི་ཆོས་ཅན། དམིགས་པ་རང་བཞིན་  
གྱིས་ཡོད་པར་ག་ལ་འབྱུང་ཏེ། དམིགས་བྱ་དམིགས་པའི་སྒྲ་རྩལ་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་  
རྟོ། །

གསུམ་པ་(དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གྱི་མཚན་ཉིད་དགག་པ་)ནི། དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ།  
ས་བོན་འགགས་མ་ཐག་པ་ལྷུ་གུའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ཆོས་རྣམས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ན། །  
འགག་པ་འཐད་པར་མི་འབྱུང་རོ། །  
དེ་ཕྱིར་དེ་མ་ཐག་པའི་རིགས། །  
འགགས་ན་རྒྱུན་ཡང་གང་ཞིག་ཡིན། ། ༡༡



ས་བོན་འགགས་མ་ཐག་པ་ཟུ་གུའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་དུ་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཟུ་གུའི་  
 ཆོས་རྣམས་སྦྱེས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་ལ་ན་ས་བོན་འགགས་པ་འཐད་པར་མི་འབྱུང་  
 བ་དེའི་ཕྱིར། འགགས་སོ་ཞེ་ན། ཟུ་གུའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ཡང་གང་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །

བཞི་པ་(བདག་རྒྱུ་གྱི་མཚན་ཉིད་དགག་པ་)ནི། བདག་རྒྱུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། རྒྱ་གང་  
 ཡོད་ན་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་དེ་ནི་དེའི་བདག་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། །

ཡོད་པ་གང་ཕྱིར་ཡོད་མིན་ན། །

འདི་ཡོད་པས་ན་འདི་འབྱུང་ཞེས། །

བྱ་བ་འདི་ནི་འཐད་མ་ཡིན། ། ༡༢

དངོས་པོ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་དེ་ཡོད་པས་ན་འབྲས་བུ་འདི་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རང་  
 བཞིན་གྱིས་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གིས་ཕྱིར་བྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རང་བཞིན་  
 ཀྱི་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(སྤྱོད་མེད་དུ་འགོག་ཚུལ་གཞན་བསྟན་པ་)ནི། རྒྱུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། སྤྱོད་མ་  
 ལས་སྤྱོད་བྱ་བ་ལ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

རྒྱུན་རྣམས་སོ་སོ་འདུས་པ་ལ། །

འབྲས་བུ་དེ་ནི་མེད་པ་ཉིད། །

རྒྱུན་རྣམས་ལ་ནི་གང་མེད་པ། །

དེ་ནི་རྒྱུན་ལས་ཇི་ལྟར་སྐྱེ། ། ༡༣

འབྲས་བུ་སྣམ་བུ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རྒྱུན་སྣལ་མ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་སྐྱེ་  
མི་སྐྱེ་བར་ཐལ། རྒྱུན་སྣལ་མ་རྣམས་ལ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱུན་སྣལ་མ་རྣམས་སོ་  
སོ་བ་དང་འདུས་པ་ལ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅི་སྟེ་དེ་ནི་མེད་པར་ཡང་། །

རྒྱུན་དེ་དག་ལས་སྐྱེ་འགྱུར་ན། །

ཅི་སྟེ་འབྲས་བུ་དེ་ནི་རྒྱུན་ལ་མེད་པར་ཡང་རྒྱུན་དེ་དག་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

རྒྱུན་མ་ཡིན་པ་དག་ལས་ཀྱང་། །

ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་སྐྱེ་མི་འགྱུར། ། ༡༤

ཆོས་ཅན། རྒྱུན་མ་ཡིན་པ་དག་ལས་ཀྱང་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ་འགྱུར་བར་  
ཐལ་ལོ། ། གལ་ཏེ་རྒྱུན་དང་འབྲས་བུ་གཞན་ཡིན་ན་བདེན་ཡང་།

འབྲས་བུ་རྒྱུ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན། 1

འབྲས་བུ་རྒྱུ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་སྒྲིན་མེད་དོན་ནི།

རྒྱུ་རྣམས་བདག་གི་རང་བཞིན་མིན། 1

རྒྱུ་རྣམས་ཆོས་ཅན། བདག་གི་དོན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པར་ཐལ། རང་གི་ཆ་  
ཤས་དུ་མ་ལ་བཏགས་ནས་བཞག་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།

བདག་དངོས་མིན་ལས་འབྲས་བུ་གང་། 1

དེ་ནི་ཇི་ལྟར་རྒྱུ་རང་བཞིན། 1 ༡༥

དེ་ཕྱིར་རྒྱུ་གྱི་རང་བཞིན་མིན། 1

འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཇི་ལྟར་རྒྱུ་གྱིས་རང་བཞིན་དུ་དོན་མ་གྲུབ་  
པར་ཐལ། རྒྱུ་རྣམས་བདག་གི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། དེའི་ཕྱིར་རྒྱུ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་མིན་ནོ། 1  
འོན་ཀྱང་འབྲས་བུ་རྒྱུ་མ་ཡིན་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

རྒྱུ་མིན་རང་བཞིན་འབྲས་བུ་ནི། 1

## ཡོད་མིན་.....། ༡

འབྲས་བུ་ནི་ཆོས་ཅན། རྒྱུན་གྱི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པས་རྒྱུན་མིན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་  
 པ་མིན་པར་ཐལ། ལྷལ་མའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པས་འཇག་མའི་རང་བཞིན་ཡིན་མོད་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་རྒྱུན་དང་རྒྱུན་མ་ཡིན་གྱི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཀྱང་རྒྱུན་དང་  
 རྒྱུན་མ་ཡིན་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། ཏིལ་ལས་ཏིལ་མར་འབྱུང་  
 གི་མར་མི་འབྱུང་། ཞོ་ལས་མར་འབྱུང་གི་ཏིལ་མར་མི་འབྱུང་། བྱེ་མ་ལས་དེ་གཉིས་ཀ་  
 མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

.....འབྲས་བུ་མེད་པས་ན། ༡

རྒྱུན་མིན་རྒྱུན་དུ་ག་ལ་འབྱུང་། ༡༦

ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྒྱུན་མིན་དང་རྒྱུན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སོ་སོར་ངེས་པར་ག་ལ་འབྱུང་  
 ཏེ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ། རྒྱུན་དང་རྒྱུན་མ་ཡིན་གྱི་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པས་  
 བློ། ༡

རྒྱུན་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དང་ཕོ་འོ། ༥

རྒྱུན་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དང་ཕོ་འོ། ༥

རབ་བྱེད་གཉིས་པ། འགྲོ་འོང་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་གཉིས་པ། འགྲོ་འོང་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་འགྲོ་འོང་གི་བྱ་བྱེད་ལ་བརྟགས་ནས་གང་ཟག་ལ་རང་བཞིན་དགག་པ་ལ་  
གཉིས། རྒྱས་བཤད། མཛུགས་བསྐྱུ་བའོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་བཤད)ལ་གཉིས། ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་ལ་བྱ་བ་སོ་སོར་དགག། ཐུན་མོང་དུ་  
དགག་པའོ། །



དང་པོ་(ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་ལ་བྱ་བ་སོ་སོར་དགག་པ་)ལ་བཞི། ལས་ལ། བྱེད་པ་པོ་ལ་བརྟུན་ནས་  
དགག། བྱ་བ་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག། བྱ་བ་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པའོ།

དང་པོ་(ལས་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ལ་གཉིས། ལམ་གསུམ་ལ་བྱ་བ་སྦྱར་དགག། བཞོམ་པ་ད་ལྟར་བ་ལ་བྱ་བ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པའོ།

དང་པོ་(ལམ་གསུམ་ལ་བྱ་བ་སྦྱར་དགག་པ་)ནི། གལ་ཏེ་སྦྱེ་བ་དགག་པས་འགག་སོགས་  
མེད་པར་འབྱུང་མོད། ཉེན་འབྱུང་ལ་འགྲོ་འོང་འགོག་པའི་རིགས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་  
བསྟན་དགོས་སོ་ཞེ་ན། འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། ལམ་གསུམ་གང་རུང་  
ལ་ཡོད་དགོས་པས།

རེ་ཞིག་སོང་ལ་མི་འགྲོ་སྟེ། ཁྱེ།

རེ་ཞིག་སོང་བའི་ལམ་ལ་མི་འགྲོ་སྟེ། འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ནི་ད་ལྟར་བ་ཡིན་ལ། སོང་ཟིན་  
པའི་ལམ་ལ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་འགགས་ཟིན་པའི་ཕྱིར།

མ་སོང་བ་ལ་འོང་འགྲོ་བ་མིན། ཁྱེ།

མ་སོང་བའི་ལམ་ལ་འང་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ནི་ད་ལྟར་བ་  
ཡིན་ལ། མ་སོང་སའི་ལམ་ལ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། བགོམ་པ་ད་ལྟར་བའི་  
ལམ་ལ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ།

སོང་དང་མ་སོང་མ་གཏོགས་པར། །  
བགོམ་པ་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། ༡

སོང་དང་མ་སོང་མ་གཏོགས་པར་བགོམ་པ་ད་ལྟར་བའི་ལམ་རང་བཞིན་གྱིས་ཤེས་པར་  
མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(བགོམ་པ་ད་ལྟར་བ་ལ་བྱ་བ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། ཚུད་པ་དང་། ལན་ནོ། །  
དང་པོ་(ཚུད་པ་)ནི།

གང་ན་གཡོ་བ་དེ་ན་འགྲོ། །  
དེ་ཡང་གང་གི་བགོམ་པ་ལ། །  
གཡོ་བ་སོང་མིན་མ་སོང་མིན། །  
དེ་ཕྱིར་བགོམ་ལ་འགྲོ་བ་ཡོད། ། ༢

གཤམ་ཏེ་བགོམ་པ་ད་ལྟར་བ་ལ་འགྲོ་བ་ཡོད་དེ། ཡུལ་གང་ན་ཀླང་པ་འདེགས་འཛུགས་གི་  
གཡོ་བ་ཡོད་པ་དེ་ན་འགྲོ་བ་ཡོད་ལ། གཡོ་བ་དེ་ཡང་གང་གི་བགོམ་པ་ད་ལྟར་བ་ལ་  
ཡོད་ཀྱི་སོང་བ་ལ་ཡོད་པ་མིན་མ་སོང་བ་ལ་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་(ལན་)ལ་གཉིས། ལས་ཆོག་དང་བྱ་ཆོག་གཅིག་དོན་དང་བཅས་ན་ཅིག་ཤོས་  
དོན་གྱིས་སྟོང་། གཉིས་ཀ་དོན་དང་བཅས་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་བའོ། །

དང་པོ་(ལས་ཆོག་དང་བྱ་ཆོག་གཅིག་དོན་དང་བཅས་ན་ཅིག་ཤོས་དོན་གྱིས་སྟོང་པ་)ནི།

གོམ་ལ་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་ནི། །  
ཇི་ལྟ་བུར་ན་འཐད་པར་འགྱུར། །  
གང་ཆོ་འགྲོ་བ་མེད་པ་ཡི། །  
བགོམ་པ་འཐད་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། ། ༣

བགོམ་པ་ད་ལྟར་བ་ལ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཡིན་པར་ནི་ཇི་ལྟ་བུར་ན་  
འཐད་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། གང་གི་ཆོ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་གཅིག་ལས་མེད་  
ཅིང་གཅིག་པོ་དེ་བགོམ་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་དོན་དུ་ཡོད་པ་གང་ཞིག ། འགྲོ་བའི་བྱ་བ་  
མེད་པའི་བགོམ་པ་འཐད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཤམ་ཏེ་འགྲོ་ཞེས་པའི་ཆོག་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

གང་གི་བགོམ་པ་ལ་འགོ་བ། །  
དེ་ཡི་བགོམ་ལ་འགོ་མེད་པར། །  
ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར། །  
བགོམ་ལ་འགོ་བ་ཡིན་ཕྱིར་རོ། ། ར

གང་གིས་ལྟར་ན་བགོམ་པ་ལ་འགོ་ཞེས་པའི་ཆོག་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་འགོ་བའི་བྱ་བ་ཡོད་  
པར་འདོད་པ་དེའི་ལུགས་ལ་ཆོས་ཅན། བགོམ་པ་ལ་འགོ་བའི་བྱ་བ་མེད་པར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་ཏེ། འགོ་བའི་བྱ་བ་གཅིག་ལས་མེད་ཅིང་། གཅིག་པོ་དེ་བགོམ་ལ་འགོ་ཞེས་  
པའི་ཆོག་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ (གཉིས་ཀ་དོན་དང་བཅས་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་བ་) ཉི།

བགོམ་ལ་འགོ་བ་ཡོད་ན་ནི། །  
འགོ་བ་གཉིས་སུ་ཐལ་འགྱུར་ཏེ། །  
གང་གིས་དེ་བགོམ་འགྱུར་བ་དང་། །  
དེ་ལ་འགོ་བ་གང་ཡིན་པའོ། ། ལ

བཞོམ་པ་ལ་འགྲོ་ཞེས་ཚིག་སྤྱི་གཉིས་ཀའི་དོན་དུ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོད་ན་ནི་རྒྱུ་གཉིས་པའི་ལྷན་གྱིན་ཅིག་ཚུལ་ཅན། རྒྱུ་པ་གཡས་པ་འཛོལ་པའི་འགྲོ་  
བའི་བྱ་བ་རྣམས་ཐ་དད་པ་གཉིས་ཅིག་ཅར་ཡོད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། གང་གིས་ལམ་  
དེ་བཞོམ་པར་འཛོལ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ལམ་དེ་ལ་འགྲོ་བ་གང་ཡིན་

པའི་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། འདོད་ན། ཚུལ་  
ཅན།

འགྲོ་བ་གཉིས་སུ་ཐལ་འགྱུར་ན། །  
འགྲོ་བ་པོ་ཡང་གཉིས་སུ་འགྱུར། །  
གང་ཕྱིར་འགྲོ་པོ་མེད་པར་ནི། །  
འགྲོ་བ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཕྱིར། ། ༦

འགྲོ་བ་པོ་ཡང་གཉིས་སུ་འགྱུར་ཏེ། རྒྱུ་གཉིས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུ་པ་གཡས་པ་  
འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རྣམས་ཐ་དད་པ་གཉིས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། བྱ་བ་སྟེ། གང་གི་  
ཕྱིར་འགྲོ་པོ་མེད་པར་ནི་འགྲོ་བ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(བྱེད་པ་པོ་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི། གལ་ཏེ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོད་དེ། རྟེན་འགྲོ་བ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།



གཤམ་ཏེ་འགྲོ་པོ་མེད་གྱུར་ན། །  
 འགྲོ་བ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །  
 འགྲོ་བ་མེད་ན་འགྲོ་བ་པོ། །  
 ཡོད་པ་ཉིད་དུ་གཤམ་འགྱུར། ། ༧

འགྲོ་བའི་རྟེན་འགྲོ་བ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་གཤམ་འགྱུར་ཏེ། འགྲོ་བ་པོ་  
 ལས་རྒྱས་ཐ་དད་པའི་འགྲོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཤམ་ཏེ་དེ་ཡོད་ན་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་  
 འགྲོ་བ་པོ་ལ་མི་སྟོས་དགོས་ལ། འགྲོ་པོ་མེད་པར་གྱུར་ན་འགྲོ་བ་འཐད་པར་མི་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

རེ་ཞིག་འགྲོ་པོ་མི་འགྲོ་སྟེ། །  
 འགྲོ་བ་པོ་མིན་འགྲོ་བ་མིན། །  
 འགྲོ་པོ་འགྲོ་པོ་མིན་ལས་གཞན། །  
 གསུམ་པ་གང་ཞིག་འགྲོ་བར་འགྱུར། ། ༨

རེ་ཞིག་འགྲོ་བ་པོ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མི་འགྲོ་སྟེ། འོག་གི་རིགས་པས་  
 གཞོད་པའི་ཕྱིར། འགྲོ་བ་པོ་མིན་པ་ཆོས་ཅན། འགྲོ་བ་མིན་ཏེ། འགྲོ་བའི་བྱ་བ་དང་  
 བྲལ་བའི་ཕྱིར། འགྲོ་བ་དང་། འགྲོ་བ་མིན་པ་ལས་གཞན་གསུམ་པ་གང་ཞིག་འགྲོ་  
 བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར།

གང་ཆེ་འགྲོ་བ་མེད་པར་ནི། 1  
 འགྲོ་པོ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ན། 1  
 རེ་ཞིག་འགྲོ་པོ་འགྲོ་འོ་ཞེས། 1  
 ཇི་ལྟར་འཐད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། 1 ལ

གལ་ཏེ་གཞན་གཉིས་མི་འགྲོ་ཡང་འགྲོ་བ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་འགྲོ་འོ་ཞེ་ན། རེ་ཞིག་  
 འགྲོ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་འགྲོ་འོ་ཞེས་ཇི་ལྟར་འཐད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཆེ་འགྲོ་  
 བའི་བྱ་བ་མེད་པར་ནི་འགྲོ་བ་པོ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།  
 གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་པོ་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་དོན་དུ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

གང་གི་ཚུགས་ལ་འགྲོ་བ་པོ། 1  
 འགྲོ་བ་དེ་ལ་འགྲོ་མེད་པ། 1  
 འགྲོ་པོ་ཡིན་པར་ཐལ་འགྱུར་ཏེ། 1  
 འགྲོ་པོ་འགྲོ་བར་འདོད་ཕྱིར་རོ། 1 ༡༠

གང་གི་ཚུགས་ལ་འགྲོ་བ་པོ་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་དོན་དུ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ཡོད་པར་འདོད་པ་  
 དེའི་ལུགས་ལ་ཆོས་ཅན། འགྲོ་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་དོན་དུ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་མེད་པའི་འགྲོ་  
 བ་པོ་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། འགྲོ་བའི་བྱ་བ་གཅིག་ལས་མེད་ཅིང་གཅིག་སུ་  
 དེ་འགྲོ་བ་པོ་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་དོན་དུ་ཡོད་པའི་སྒྲིན་ས་འགྲོ་བ་པོ་འགྲོ་བར་འདོད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། 1

གལ་ཏེ་འགྲོ་པོ་འགྲོ་གྱུར་ན། །  
འགྲོ་བ་གཉིས་སུ་ཐལ་འགྱུར་ཏེ། །  
གང་གིས་འགྲོ་པོར་མངོན་པ་དང་། །  
འགྲོ་པོར་གྱུར་ནས་གང་འགྲོ་བའོ། ། ༡༡

གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་པོ་དང་འགྲོ་ཞེས་པའི་ཆོག་གཉིས་ཀའི་དོན་དུ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ཡོད་པར་  
གྱུར་ན། ཀླང་གཉིས་པའི་ལྷས་བྱིན་ཆོས་ཅན། ཀླང་པ་གཡས་པ་འཛོག་པའི་ འགྲོ་  
བའི་བྱ་བ་ཇུས་ཐ་དད་པ་གཉིས་སུ་འགྱུར་བར་ཐལ། བྱ་བ་གང་གིས་འགྲོ་བ་པོར་མངོན་  
པ་དང་འགྲོ་བ་པོར་གྱུར་ནས་གང་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
རྟོ།

གསུམ་པ་(བྱ་བ་ཡོད་པའི་སྐབ་བྱེད་དགག་པ་)ལ་ལྟ། དང་པོའི་རྩོམ་པ་དགག། འགྲོ་བའི་  
ལམ་དགག། འགྲོ་བའི་གཉིན་པོ་དགག། ཐ་མའི་ལྟོག་པ་དགག། གནས་པའི་  
སྐབ་བྱེད་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(དང་པོའི་རྩོམ་པ་དགག་པ་)ནི། གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་ཡོད་དེ། ལྟོད་པ་བཏང་ནས་འགྲོ་བ་  
རྩོམ་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

སོང་ལ་འགྲོ་བའི་རྩོམ་མེད་དེ། །  
མ་སོང་བ་ལ་འང་འགྲོ་རྩོམ་མེད། །

བགོམ་པ་ཚུམ་པ་ཡོད་མིན་ན། །

གང་དུ་འགོ་བ་ཚུམ་པ་ར་བྱེད། ། 12

ལམ་གང་དུ་འགོ་བ་ཚུམ་པ་ར་བྱེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། སོང་བའི་ལམ་  
ལ་འགོ་བའི་ཚུམ་པ་མེད། མ་སོང་བ་ལ་རང་འགོ་བའི་ཚུམ་པ་ནི། བགོམ་པ་ད་ལྟར་བ་  
ལ་འགོ་བའི་ཚུམ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

འགོ་བ་ཚུམ་པའི་ལམ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དེ།

འགོ་བ་ཚུམ་པའི་སྒྲ་རིལ་ན། །

གང་དུ་འགོ་བ་ཚུམ་པ་འགྱུར་བ། །

བགོམ་པ་མེད་ཅིང་སོང་བ་མེད། །

མ་སོང་འགོ་བ་ག་ལ་ཡོད། ། 13

འགོ་བ་ཚུམ་པར་འགྱུར་བ་བགོམ་པའི་ལམ་མེད་ཅིང་སོང་བའི་ལམ་མེད། མ་སོང་བའི་  
ལམ་ལ་འགོ་བའི་ཚུམ་པ་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(འགོ་བའི་ལམ་དགག་པ་)ནི། ལམ་གསུམ་ལ་འགོ་བའི་ཚུམ་པ་མེད་ཀྱང་ལམ་  
གསུམ་ཡོད་དོན་ཞིན།

འགོ་ཚུམ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། །

སྒྲུང་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན། །  
སོང་བ་ཅི་ཞིག་བགོམ་པ་ཅི། །  
མ་སོང་ཅི་ཞིག་རྣམ་པར་བརྟག། ༡༤

སོང་བ་ཅི་ཞིག་བགོམ་པ་ཅི་མ་སོང་བའི་ལམ་ཅི་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་རྣམ་པར་  
བརྟག་ཏུ་མེད་དེ། ལམ་གསུམ་ལ་འགྲོ་བའི་རྩོམ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཐམས་  
ཅད་དུ་སྒྲུང་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(འགྲོ་བའི་གཉེན་པོ་དགག་པ་)ནི། འགྲོ་བ་ཡོད་དེ། འགྲོ་བའི་གཉེན་པོ་སྤྲོད་པ་ཡོད་  
པའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། སྤྲོད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ།

རེ་ཞིག་འགྲོ་བ་པོ་མི་སྤྲོད་དེ། །  
འགྲོ་བ་པོ་མིན་སྤྲོད་པ་མིན། །  
འགྲོ་པོ་འགྲོ་པོ་མིན་ལས་གཞན། །  
གསུམ་པ་གང་ཞིག་སྤྲོད་པར་འགྱུར། ། ༡༥

རེ་ཞིག་འགྲོ་བ་པོ་མི་སྤྲོད། འགྲོ་བ་པོ་མིན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲོད་པ་མིན། འགྲོ་པོ་  
དང་འགྲོ་པོ་མིན་པ་ལས་གཞན་པའི་གསུམ་པ་གང་ཞིག་སྤྲོད་པར་འགྱུར་བ་མི་སྤྲོད་  
པའི་སྤྱིར། ཏུགས་དང་པོ་མ་གྲུབ་བོ་ཞེ་ན།

གང་ཆེ་འགྲོ་བ་མེད་པར་ནི། །  
འགྲོ་པོ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ན། །  
རེ་ཞིག་འགྲོ་པོ་སྤྲོད་དེ་ཞེས། །  
ཇི་ལྟར་འཐད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ། ༡༦

རེ་ཞིག་འགྲོ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲོད་དེ་ཞེས་ཇི་ལྟར་འཐད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་  
བར་ཐལ། གང་གི་ཆེ་འགྲོ་བ་མེད་པར་ནི་འགྲོ་བ་པོ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། འགྲོ་བ་  
དང་སྤྲོད་པའི་བྱ་བ་གཉིས་གཞི་གཅིག་ལ་མི་འདུ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་(ཐ་མའི་ལྡན་པ་དགག་པ་)ནི། འགྲོ་བ་ཡོད་དེ། འགྲོ་བ་ལས་ལྡན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
ཞེ་ན།

བགོམ་ལས་ལྡན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །  
སོང་དང་མ་སོང་ལས་ཀྱང་མིན། །

བགོམ་པ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་ལྡན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། བགོམ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
པའི་ཕྱིར། སོང་བ་དང་མ་སོང་བ་ལས་ཀྱང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ལ་འགྲོ་བའི་  
བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེའི་ཕྱིར་ལྡན་པ་དེ་བོ་ཉིད་གྱིས་མེད་དོ། །

ལྡན་པ་(གནས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་)ནི། གནས་པ་དེ་བོ་ཉིད་གྱིས་ཡོད་དེ། གནས་པའི་



གཉིན་པོ་འགོ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། གནས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
གནས་པ་ལས་ལྡོག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

འགོ་བ་དང་ནི་འཇུག་པ་དང་། །  
ལྡོག་པ་ཡང་ནི་འགོ་དང་མཚུངས། ། ༡༧

འགོ་བ་དང་ནི་གནས་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་། གནས་པ་ལས་ལྡོག་པ་ཡང་ནི་ཆོས་ཅན།  
གནས་པ་དེ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པའི་སྒྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། འགོ་བ་དེ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པའི་  
སྒྱབ་བྱེད་དུ་གནས་པ་དང་། འགོ་བར་རྩེ་མ་པ་དང་། འགོ་བ་ལས་ལྡོག་པ་བཀོད་པ་དང་  
ཉིས་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་(བྱ་བ་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ལ་གཉིས། གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟགས་ནས་དགག་  
། བྱ་བ་གཉིས་པ་ཡོད་མེད་བརྟགས་ནས་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི། འགོ་བ་པོ་དང་འགོ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོད་དེ། ལྷས་བྱིན་གོམ་པ་འདོར་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

འགོ་བ་དེ་དང་འགོ་བ་པོ། །  
དེ་ཉིད་ཅེས་ཀྱང་བྱར་མི་རུང་། །

འགྲོ་བ་དང་ནི་འགྲོ་བ་པོ། །  
གཞན་ཉིད་ཅེས་ཀྱང་བྱར་མི་རུང་། ། ༡༥

འགྲོ་བ་དེ་དང་འགྲོ་བ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་དེ་ཉིད་གཅིག་ཅེས་ཀྱང་བྱར་མི་རུང་། འགྲོ་བ་  
དང་ནི་འགྲོ་བ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཉིད་ཅེས་ཀྱང་བྱར་མི་རུང་ངོ། །  
ཇི་ལྟར་མི་རུང་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་གང་ཡིན་པ། །  
དེ་ཉིད་འགྲོ་བོ་ཡིན་གྱུར་ན། །  
བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་ཉིད་ཀྱང་། །  
གཅིག་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༡༦

བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་ཉིད་ཀྱང་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་འགྲོ་དང་འགྲོ་བ་པོ། །  
གཞན་པ་ཉིད་དུ་རྣམ་བརྟག་ན། །  
འགྲོ་པོ་མེད་པའི་འགྲོ་བ་དང་། །  
འགྲོ་བ་མེད་པའི་འགྲོ་པོར་འགྱུར། ། ༢༠

འགྲོ་པོ་མེད་པའི་འགྲོ་བ་དང་འགྲོ་བ་མེད་པའི་འགྲོ་པོར་འགྱུར་བར་ཐལ། གཤམ་ཏེ་འགྲོ་  
བ་དང་འགྲོ་བ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་པ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་བརྟག་པའི་ཕྱིར།

གང་དག་དངོས་པོ་གཅིག་པ་དང་། །

དངོས་པོ་གཞན་པ་ཉིད་དུ་ནི། །

གྲུབ་པར་གྱུར་པ་ཡོད་མིན་ན། །

དེ་གཉིས་གྲུབ་པ་ཇི་ལྟར་ཡོད། ། 27

འགྲོ་བ་དང་འགྲོ་བ་པོ་དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཇི་ལྟར་ཡོད་དེ་མེད་  
པར་ཐལ། ཁྱོད་གང་དག་རང་བཞིན་གྱིས་དངོས་པོ་གཅིག་པ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་  
དངོས་པོ་གཞན་པ་ཉིད་དུ་ནི་གྲུབ་པར་གྱུར་པ་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(བྱ་བ་གཉིས་པ་ཡོད་མེད་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི། སྒར་གྱི་སྒྲོན་དེ་མེད་དེ། འགྲོ་བ་  
པོར་འཇོག་པའི་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་འགྲོ་བར་འཇོག་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

འགྲོ་བ་གང་གིས་འགྲོ་པོར་མངོན། །

འགྲོ་བ་དེ་ནི་དེ་འགྲོ་མིན། །

གང་ཕྱིར་འགྲོ་བའི་སྒྲོ་རོལ་མེད། །

གང་ཞིག་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། ། 28

འགྲོ་བ་གང་གིས་འགྲོ་བ་པོར་མདོན་པར་འཛེག་པའི་འགྲོ་བ་དེ་ནི་འགྲོ་བ་པོ་དེ་འགྲོ་  
བར་བྱེད་པ་མིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ལྷ་ས་བྱིན་གང་ཞིག་ཡུལ་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་བའི་  
འགྲོ་བའི་བྱ་བའི་སྒྲ་རྒྱ་ན་འགྲོ་བ་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར། འགྲོ་བ་གང་གིས་འགྲོ་བ་པོར་  
མདོན་པ་དེ་ལས་གཞན་པས་འགྲོ་བ་པོ་དེ་འགྲོ་བར་བྱེད་པ་མིན་ཏེ།  
གང་གི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་པོ་གཅིག་ཕུ་ལ་འགྲོ་བ་གཉིས་སུ་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
གཉིས་པ་(ཐུན་མོང་དུ་དགག་པ་)ནི། འགྲོ་བ་པོ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་ནི་ཆོས་ཅན། རང་  
བཞིན་གྱིས་མི་འགྲོ་སྟེ། འགྲོ་བའི་ལམ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་འགྲོ་བར་  
མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

འགྲོ་བ་པོ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་ནི། །

འགྲོ་རྣམ་གསུམ་དུ་འགྲོ་མི་བྱེད། །

འགྲོ་བ་པོ་མ་ཡིན་པར་ནི་གྱུར་པ་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན། མི་འགྲོ་སྟེ། འགྲོ་བའི་ལམ་རྣམ་པ་  
གསུམ་དུ་འགྲོ་བར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

མ་ཡིན་པར་ནི་གྱུར་དེ་ཡང་། །

འགྲོ་རྣམ་གསུམ་དུ་འགྲོ་མི་བྱེད། ། ༢༥

འགྲོ་བ་པོ་ཡིན་པ་དང་མ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་ཡང་འགྲོ་བའི་ལམ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འགྲོ་  
བར་མི་བྱེད་དེ། དེ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ (འཕྲུག་བསྐྱེད་པ་) ཉི།

དེ་ཕྱིར་འགྲོ་དང་འགྲོ་པོ་དང་། །

བགྲོད་པར་བྱ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །

འགྲོ་བ་དང་འགྲོ་བ་པོ་དང་བགྲོད་པར་བྱ་བ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། དཔྱད་ན་མི་ཆེད་པ་དེའི་ཕྱིར།

འགྲོ་འོང་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གཉིས་པའོ། །

འགྲོ་འོང་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གཉིས་པའོ། །

རབ་བྱེད་གསུམ་པ། དབང་པོ་བརྟག་པ། .....

རབ་བྱེད་གསུམ་པ། དབང་པོ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་བདག་མེད་གཉིས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་ལྟ། ཆོས་དང་གང་ཟག་སོ་སོར་བྱེ་  
སྟེ་བཤད། དངོས་པོ་ཅི་མ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཕྲུག་ཚུལ། ཏུས་  
རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ། སྲིད་རྒྱུན་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའོ། །

དང་པོ་ (ཆོས་དང་གང་ཟག་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བཤད་པ་) ལ་གཉིས། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད། གང་ཟག་གི་  
བདག་མེད་དོ། །

དང་པོ་(ཚུལ་གྱི་བདག་མེད་)ལ་གཉིས། ཚུལ་གསུམ་ལ་བདག་དགག། བདག་ཡོད་པའི་  
སྒྲུབ་བྱེད་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(ཚུལ་གསུམ་ལ་བདག་དགག་པ་)ལ་གསུམ། སྒྱེ་མཆེད་ལ། སྤང་པོ་ལ། ཁམས་ལ།  
ཚུལ་བདག་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(སྒྱེ་མཆེད་ཚུལ་བདག་དགག་པ་)ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས།

དང་པོ་(རྩོད་པ་)ནི། གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་མོད། ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། ཚུལ་མཛོན་པའི་མདོ་ལས།

ལྟ་དང་ཉན་པ་དང་སྒྲུབ་པ་དང་། །

སྤང་བར་བྱེད་དང་རིག་བྱེད་ཡིད། །

དབང་པོ་རྒྱལ་སྤྱི་དེ་དག་གི། །

སྤྱོད་ཡུལ་བལྟ་བར་བྱ་བ་ལ་སོགས། ། ༡

ལྟ་བ་དང་ཉན་པ་དང་སྒྲུབ་པ་དང་སྤང་བར་བྱེད་པ་དང་རིག་བྱེད་དང་ཡིད་དང་དབང་པོ་  
རྒྱལ་སྤྱི་དེ་དག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་བལྟ་བར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱལ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་(ལན་)ལ་གཉིས། ལྟ་བའི་ཚུལ་གསུམ་དགག། རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་རང་  
སྒྲུབ་པ་འོ། །



དང་པོ་(ལྟ་བའི་ཆོས་གསུམ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། ལྟ་བའི་བྱེད་པ་པོ་དགག། ལྟ་བའི་ལས་  
དང་བྱ་བ་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(ལྟ་བའི་བྱེད་པ་པོ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། མིག་ལྟ་བའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་དགག། བདག་  
གམ་རྣམ་ཤེས་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(མིག་ལྟ་བའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་དགག་པ་)ནི།

ལྟ་དེ་རང་གི་བདག་ཉིད་ནི། །

དེ་ལ་ལྟ་བ་མ་ཡིན་ཉིད། །

གང་ཞིག་བདག་ལ་མི་ལྟ་བ། །

དེ་དག་གཞན་ལ་ཇི་ལྟར་ལྟ། ། ༢

གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་མིག་དེ་ཆོས་ཅན། རང་གི་བདག་ཉིད་ནི་དེ་ལ་ལྟ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
དེ། རང་ཉིད་རང་ལ་བྱ་བྱེད་འགལ་བའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་དག་ལ་ཇི་  
ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་ལྟ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གང་ཞིག་བདག་ལ་མི་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། རང་ལ་མི་ལྟ་ཡང་གཞན་ལ་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་མེས་རང་མི་སྟེག་ཀྱང་གཞན་  
སྟེག་པ་བཞིན་ཞེ་ན།

ལྟ་བ་རབ་ཏུ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། །

མེ་ཡི་དཔེས་ནི་རྩལ་མ་ཡིན། 1  
སོང་དང་མ་སོང་བསྐྱོམ་པ་ཡིས། 1  
དེ་ནི་ལྟ་བཅས་ལན་བཏབ་བོ། 3

མེ་ཡི་དཔེས་ནི་ལྟ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲུབ་པར་རབ་ཏུ་སྒྲུབ་པར་རྩལ་པ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། སོང་བ་དང་མ་སོང་བ་དང་བགོམ་པ་ལ་འགོ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲུབ་པ་འགོག་  
པའི་རིགས་པ་ཡིས་དཔེ་དེ་ནི་ལྟ་བ་དང་བཅས་པ་ལ་ལན་བཏབ་ནས་ བཀག་པའི་ཕྱིར།  
མིག་ཆོས་ཅན།

གང་ཆེ་ཅུང་ཟད་མི་ལྟ་བ། 1  
ལྟ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། 1

རང་བཞིན་གྱིས་ལྟ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་རང་གཞན་ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་རང་  
བཞིན་གྱིས་མི་ལྟ་བའི་ཕྱིར། ཆོས་ཅན།

ལྟ་བས་ལྟ་བར་བྱེད་ཅེས་བྱར། 1  
དེ་ནི་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་འགྱུར། 1 ང

གཟུགས་ལ་ལྟ་བས་རང་བཞིན་གྱིས་ལྟ་བར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ནི་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་  
འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་ལྟ་བུ་དམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

མིག་ལྟ་བུ་ཕྱེད་ཡིན་ན། ལྟ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་མིན་གྱི་མིག་གང་ལྟ། དང་པོ་ལྟར་ན།

ལྟ་བ་ལྟ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། །

ལྟ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་མིག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་ལྟ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། ལྟ་བའི་བྱ་  
བ་གཉིས་མེད་པའི་བྱིར་རོ། ། གཉིས་པ་ལྟར་ན།

ལྟ་བ་མིན་པ་མི་ལྟ་ཉིད། །

ལྟ་བའི་རང་བཞིན་མིན་པའི་མིག་ཆོས་ཅན། མི་ལྟ་བ་ཉིད་དེ། ལྟ་བའི་བྱ་བ་དང་བྱལ་  
བའི་བྱིར།

གཉིས་པ་(བདག་གམ་རྣམ་ཤེས་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་དགག་པ་)ནི། མིག་ལྟ་བའི་བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་  
གྱི་བདག་གམ་རྣམ་ཤེས་ལྟ་བའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོཞེ་ན། བདག་གམ་རྣམ་ཤེས་ཆོས་  
ཅན། ལྟ་བའི་བྱེད་པ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་སྟེ།

ལྟ་བ་ཉིད་གྱིས་ལྟ་བ་པོ་འདྲ། །

རྣམ་པར་བཤད་པར་ཤེས་པར་བྱ། ། ༥

ལྟ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་ཉིད་གྱིས་ལྟ་བ་པོ་འང་རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་པར་རྣམ་པར་བཤད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ལྟ་བ་པོ་ཚོས་ཅན།

མ་སྦངས་ལྟ་བོ་ཡོད་མིན་ཏེ། །

ལྟ་བ་སྦངས་པར་བྱུང་ཀྱང་དོ། །

ལྟ་བ་མ་སྦངས་པར་བྱོད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། བྱོད་བྱུབ་མ་བྱུབ་གང་ཡང་  
ལྟ་བ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་ལྟོས་པའི་ཕྱིར། བྱོད་ལྟ་བ་སྦངས་པར་བྱུང་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། བྱོད་ལྟ་བ་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ལྟ་བའི་ལས་དང་བྱ་བ་དགག་པ་)ནི། ལྟ་བ་པོ་མེད་ཀྱང་བལྟ་བྱ་དང་ལྟ་བ་ཡོད་དོན་  
ན།

ལྟ་བོ་མེད་ན་བལྟ་བྱ་དང་། །

ལྟ་བ་དེ་དག་ག་ལ་ཡོད། ། ༤

བལྟ་བྱ་དང་ལྟ་བ་དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། ལྟ་བོ་རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར། བལྟ་བྱ་དང་ལྟ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ།

ཇི་ལྟར་ཕ་དང་མ་དག་ལ། །

བརྟེན་ནས་བྱ་ནི་འབྱུང་བཤད་པ། །

དེ་བཞིན་མིག་དང་གཟུགས་བརྟན་ནས། །  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བར་བཤད། ། ༧

ཇི་ལྟར་པ་དང་མ་དག་ལ་བརྟན་ནས་བྱ་ནི་འབྱུང་བར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་མིག་  
དང་གཟུགས་ལ་བརྟན་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བར་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ཙུ་  
བའི་གཞུང་མ་ཡིན་ཞེས་གསུང་ངོ། །

བཏྲ་བྱ་ལྟ་བུ་མེད་པའི་ཕྱིར། །  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་བཞི། །  
ཡོད་མིན་ཉེ་བར་ལེན་ལ་སོགས། །  
ཇི་ལྟ་བུར་ན་ཡོད་པར་འགྱུར། ། ༨

རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པར་ཐལ། བཏྲ་བྱ་དང་  
ལྟ་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉེ་བར་ལེན་པ་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ན་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་ངོ། །

གཉིས་པ་(རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འང་སྦྱར་བ་)ནི། ལྟ་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་ཉན་པ་ལ་  
སོགས་པར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

ལྷ་བས་ཉན་དང་སྒྲིམ་པ་དང་། །  
སྒྲིམ་བར་བྱེད་དང་རིག་བྱེད་ཡིད། །  
ཉན་པ་པོ་དང་མཉན་ལ་སོགས། །  
རྣམ་པར་བཤད་པར་ཤེས་པར་བྱ། །ཅ

ཉན་པ་དང་སྒྲིམ་པ་དང་སྒྲིམ་བར་བྱེད་པ་དང་རིག་བྱེད་དང་ཡིད་དང་ཉན་པོ་དང་མཉན་བྱ་  
ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། ལྷ་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲིབ་པའི་  
རིགས་པས་རྣམ་པར་བཤད་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

དབང་པོ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གསུམ་པའོ། །

དབང་པོ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གསུམ་པའོ། །

རབ་བྱེད་བཞི་པ། སྒྲིམ་པོ་བརྟག་པ། .....

རབ་བྱེད་བཞི་པ། སྒྲིམ་པོ་བརྟག་པ།



གཉིས་པ་ཕྱང་པོ་ལ་ཆོས་བདག་དགག་པ་ལ་གསུམ། གཟུགས་ཕྱང་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོད་པར་དགག། ༡ རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འད་སྒྱུར། ཚུད་པ་དང་འཆད་པའི་ཆེ་ལན་  
གདབ་ཚུལ་ལོ། ༡

དང་པོ་(གཟུགས་ཕྱང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་དགག་པ་)ལ་གཉིས། དོན་གཞན་ལ་རྒྱ་འབྲས་  
དགག། ༡ ཡོད་མེད་དང་འདྲ་མི་འདྲ་ལ་རྒྱ་འབྲས་དགག་པའོ། ༡

དང་པོ་(དོན་གཞན་ལ་རྒྱ་འབྲས་དགག་པ་)ནི། གལ་ཏེ་དབང་པོ་རྣམས་བཀག་ཀྱང་ཕྱང་པོ་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། མ་བཀག་པའི་ཕྱིར་སྒྲུལ་ན།

གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་མ་གཏོགས་པར། ༡  
གཟུགས་ནི་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། ༡  
གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་མ་གཏོགས་པར། ༡  
གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡང་མི་སྒྲུབ་རོ། ༡ ༡

གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་མ་གཏོགས་པར། ༡  
གཟུགས་ན་གཟུགས་ནི་རྒྱ་མེད་པར། ༡  
ཐལ་བར་གྱུར་ཏེ་དོན་གང་ཡང་། ༡  
རྒྱ་མེད་པ་ནི་གང་ན་འད་མེད། ༡ ༢

འབྲས་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲུང་བཞི་མ་གཏོགས་པར་འབྲས་གཟུགས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་  
 དམིགས་པར་མི་འབྱུང་ཏེ།      འབྲས་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་མ་གཏོགས་པར་འབྲས་  
 གཟུགས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན།    འབྲས་གཟུགས་ནི་རྒྱ་མེད་པར་ཐལ་བར་འབྱུང་ཏེ།  
 གཟུགས་ཀྱི་དོན་གང་ཡང་རྒྱ་མེད་པ་ནི་གང་ནའང་མེད་པའི་ཕྱིར།    འབྲས་གཟུགས་  
 ཞེས་བྱ་བ་མ་གཏོགས་པར་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་སྤངསྟེ། གལ་ཏེ་  
 འབྲས་གཟུགས་ནི་མ་གཏོགས་པར་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི།    འབྲས་བྱ་མེད་  
 པའི་རྒྱ་འབྱུང་ལ།    འབྲས་བྱ་མེད་པའི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(ཡོད་མེད་དང་འདྲ་མི་འདྲ་ལ་རྒྱ་འབྲས་དགག་པ་)ནི། འབྲུང་བ་ལ་འབྲས་གཟུགས་ཡོད་  
 དམ་མེད། དང་པོ་ལྟར་ན།

གཟུགས་ཡོད་ན་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་ནི། །

རྒྱ་ཡང་འཐད་པར་མི་འབྱུང་ཉིད། །

འབྲུང་བ་ཆོས་ཅན།    འབྲས་གཟུགས་ཀྱི་ནི་རྒྱར་ཡང་འཐད་པར་མི་འབྱུང་བར་ཐལ།  
 ཁྱོད་ལ་འབྲས་གཟུགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་ན།

གཟུགས་མེད་ན་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་ནི། །

རྒྱ་ཡང་འཐད་པར་མི་འབྱུང་ཉིད། ། ར

ཆོས་ཅན། འབྲས་གཟུགས་ཀྱི་ནི་རྒྱུ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ བར་  
ཐལ། ཁྱོད་ལ་འབྲས་གཟུགས་མེད་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་མེད་ཀྱང་  
འབྲས་གཟུགས་ཡོད་དོན་ནི།

རྒྱ་མེད་པ་ཡི་གཟུགས་དག་ནི། །

འཐད་པར་མི་རུང་རུང་མིན་ཉིད། །

མིག་ཆོས་ཅན། འབྲས་གཟུགས་དག་ནི་འཐད་པར་མི་རུང་བར་ཐལ། རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
རྒྱ་མེད་པས་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་ལ་འཐད་པར་མི་རུང་རུང་མིན་ཉིད་ཅེས་དགག་པ་གཉིས་  
སྒྲིལ་པ་ཆོས་ཅན། དོན་ཡོད་དེ། རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བའི་ཕྱོགས་ཤིན་ཏུ་ཐ་ཆད་པར་  
རྟོགས་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེ་ཕྱིར་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་ །

འགའ་ཡང་རྣམ་པར་བརྟག་མི་བྱ། ། ༥

ཐོགས་བཅས་ཐོགས་མེད་སོགས་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འགའ་ཡང་རྣམ་པར་  
བརྟག་པར་མི་བྱ་སྟེ། གཟུགས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར། འབྲས་བུའི་  
གཟུགས་ཆོས་ཅན།

འབྲས་བུ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཞེས། །

བྱ་བ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

འབྲས་བུ་རྒྱ་དང་མི་འདྲ་ཞེས། 1

བྱ་བ་འདྲ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། 6

རྒྱ་འབྲུང་བ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་འདྲ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འཐད་པའི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་  
མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུའི་གཟུགས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་འབྲུང་བ་དང་མི་  
འདྲ་ཞེས་བྱ་བ་འདྲ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་(རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འདྲ་སྒྲུབ་བ་)ནི།

ཚོར་དང་འདྲུ་ཤེས་འདྲུ་བྱེད་དང་། 1

སེམས་དང་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། 1

རྣམ་པ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ། 1

གཟུགས་ཉིད་གྱིས་ནི་རིམ་པ་མཚུངས། 2

ཚོར་བ་དང་འདྲུ་ཤེས་དང་འདྲུ་བྱེད་དང་སེམས་དང་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆོས་ཅན།  
རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། རྣམ་པ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་གཟུགས་རང་བཞིན་མེད་པར་  
སྒྲུབ་པ་ཉིད་གྱིས་ནི་རིམ་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། 1

གསུམ་པ་(རྩོད་པ་དང་འཆད་པའི་ཆོ་ལན་གདབ་ཚུལ་)ནི།

སྟོང་པ་ཉིད་གྱིས་བརྩད་བྱས་ཆོ། 1

གང་ཞིག་ལན་འདེབས་སྒྲུ་བྱེད་པ། 1

དེ་ཡིས་ཐམས་ཅད་ལན་བཏབ་མིན། །

བསྐྱབ་པར་ཡ་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར། ། ༤

དབུ་མ་པས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཟུགས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དོ་ཞེས་  
བཅུད་པར་བྱས་པའི་ཆོ། གཟུགས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། ཆོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་དངོས་སྒྲིབ་གང་ཞིག་ལན་འདེབས་སྒྲིབ་བར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ཐམས་  
ཅད་དུ་ཡང་དག་པའི་ལན་བཏབ་པ་མིན་ཏེ། སྐྱབ་བྱེད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་མཚུངས་  
པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་བྱས་ཆོ། །

གང་ཞིག་སྐྱོན་འདོགས་སྒྲིབ་བྱེད་པ། །

དེ་ཡིས་ཐམས་ཅད་སྐྱོན་བཏགས་མིན། །

བསྐྱབ་པར་བྱ་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར། ། ༥

ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་པ་བྱས་པའི་ཆོ་སྒྲིབ་མ་གང་ཞིག་སྐྱོན་འདོགས་སྒྲིབ་བར་  
བྱེད་པ་དེ་ཡི་ཚོལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་སྐྱོན་བཏགས་པ་མིན་ཏེ། སྐྱབ་བྱེད་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

ཕུང་པོ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཞི་པའོ། །

མུང་པོ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་བཞི་པ་འོ། །

རབ་བྱེད་ལྔ་པ། ཁམས་བརྟག་པ། .....

རབ་བྱེད་ལྔ་པ། ཁམས་བརྟག་པ།

གསུམ་པ་ཁམས་ལ་ཆོས་བདག་དགག་པ་ལ་གསུམ། རྣམ་མཁའི་ཁམས་རང་  
བཞིན་ གྱིས་གྲུབ་པ་དགག། རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འང་སྦྱར། ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐར་ཏྟ་  
བ་སྦྱད་པར་བསྟན་པ་འོ། །

དང་པོ་(རྣམ་མཁའི་ཁམས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། རྣམ་མཁའི་ཁམས་ལ་  
མཆོན་མཆོན་དགག། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་དུ་གྲུབ་པ་དགག། མཐུག་བསྟུ་  
བའོ། །

དང་པོ་(རྣམ་མཁའི་ཁམས་ལ་མཆོན་མཆོན་དགག་པ་)ནི། གཤམ་ཏེ་ཁམས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་  
དེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་སྦྱེས་བྱ་གང་ཟག་འདི་ནི་ཁམས་ རྟག་  
པ་འོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།



མདོ་ལས་སའི་ཁམས་དང་པོར་གསུངས་ཀྱང་། འདིར་དང་པོར་ནམ་མཁའ་ལ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་  
 བཞིན་གྱིས་སྐྱབ་པ་དགག་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ན་ནམ་མཁའ་སྟོང་པར་གྲགས་ཤིང་  
 ཁམས་གཞན་རྣམས་སྟོང་པར་མ་གྲགས་པས། གྲགས་པའི་དོན་གྱིས་མ་གྲགས་པ་  
 སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ནམ་མཁའ་ལ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་གསུངས་སོ། །  
 ནམ་མཁའ་ལ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་མེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འཇུག་སྟེ།

ནམ་མཁའ་ལ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་ །

ནམ་མཁའ་ལ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་ །

ནམ་མཁའ་ལ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་མེད་པའི་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཤམ་ཏེ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་ །

མཆོད་ཉིད་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༡

གཤམ་ཏེ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་མཆོད་ཉིད་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་ ། ནམ་མཁའ་ལ་  
 མཆོད་ཉིད་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། ། འདོད་མི་ཅུས་ཏེ།

ཆོད་ཉིད་མེད་པའི་དངོས་པོ་ནི། །

འགའ་ཡང་གང་ནའང་ཡོད་མ་ཡིན། །

མཚན་ཉིད་མེད་པའི་མཚན་གཞིའི་དངོས་པོ་ནི་འགལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

མཚན་ཉིད་མེད་པའི་དངོས་མེད་ན། 1

མཚན་ཉིད་གང་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར། 2

མཚན་ཉིད་སྒྲིབ་མེད་གང་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ།

མཚན་ཉིད་མེད་པའི་སྒྲ་རོལ་ན་མཚན་གཞིའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར།

མཚན་ཉིད་མེད་ལ་མཚན་ཉིད་ནི། 1

མི་འཇུག་མཚན་ཉིད་བཅས་ལ་མིན། 1

མཚན་ཉིད་མེད་པ་ལ་མཚན་ཉིད་ནི་མི་འཇུག་སྟེ། མཚན་ཉིད་མེད་པའི་མཚན་གཞི་མི་  
སྒྲིབ་པའི་ཕྱིར། མཚན་ཉིད་དང་བཅས་པ་ལ་མཚན་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་འཇུག་པ་མིན་  
ཏེ། དེ་ལ་སྒྲར་ཡང་མཚན་ཉིད་འཇུག་པ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

མཚན་བཅས་མཚན་ཉིད་མེད་པ་ལས། 1

གཞན་ལ་རང་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་རོ། 3

མཚན་ཉིད་དང་བཅས་པ་དང་མཚན་ཉིད་མེད་པ་ལས་གཞན་ལའང་མཚན་ཉིད་འཇུག་  
པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར།

མཚན་ཉིད་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ན། །  
མཚན་གཞི་འབྲད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

མཚན་གཞི་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། མཚན་ཉིད་འཇུག་པ་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཚན་གཞི་འབྲད་པ་མ་ཡིན་ན། །  
མཚན་ཉིད་ཀྱང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ། ར

མཚན་ཉིད་ཀྱང་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཚན་གཞི་རང་བཞིན་གྱིས་  
འབྲད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པར་ཐལ།  
མཚན་ཉིད་འཇུག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མཚན་ཉིད་སྒྲིབ་མེད་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །

གཉིས་པ་(དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་ཏུ་གྱུབ་པ་དགག་པ་)ནི། བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲུབ་བ་ན་རེ། ནམ་མཁའ་  
དངོས་པོར་ཡོད་དོན་ནི། ནམ་མཁའ་ཆོས་ཅན།

མཚན་གཞི་མཚན་ཉིད་མ་གཏོགས་པའི། 1

དངོས་པོ་ཡང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། 1 ཡ

དངོས་པོར་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཐལ། མཚན་གཞི་དང་མཚན་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་  
མེད་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། མཚན་གཞི་མཚན་ཉིད་མ་གཏོགས་པའི་དངོས་པོ་ཡང་ནི་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

མདོ་སྡེ་པ་ན་རེ། དངོས་མེད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། ཆོས་ཅན།

དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། 1

དངོས་མེད་གང་གི་ཡིན་པར་འགྱུར། 1

དངོས་མེད་གང་གི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ།  
དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། དངོས་པོ་ཡོད་མེད་རྟོག་པ་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གང་གིས་དངོས་དང་དངོས་མེད་ཤེས། 1

དངོས་དང་དངོས་མེད་མི་མཐུན་ཆོས། 1 ཧ

གང་གིས་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་ཤེས་པ་འི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
དེ། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་དང་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་འི་ཕྱིར།  
རྟགས་ཕྱི་མ་གྲུབ་སྟེ། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་ཆོས་མི་མཐུན་པ་འི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(མཐུག་བསྟུ་བ་)ནི།

དེ་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་དངོས་པོ་མིན། །  
དངོས་མེད་མ་ཡིན་མཚན་གཞི་མིན། །  
མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་.....། །

ནམ་མཁའ་ཆོས་ཅན། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་དང་མཚན་གཞི་དང་། མཚན་ཉིད་དུ་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་སྐར་བཀག་ཟིན་པ་དེ་འི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འང་སྐར་བ་)ནི།

.....ཁམས་ལྔ་པོ། །  
གཞན་དག་དག་ཀྱང་ནམ་མཁའ་མཚུངས། ། ༥

ཁམས་ལྟ་པོ་གཞན་གང་དག་ཀྱང་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། ནམ་མཁའ་རང་  
བཞིན་གྱིས་མེད་པར་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ (ཡོད་མེད་གྱི་མཐར་ལྟ་བ་སྒྲུབ་པར་བསྟན་པ་) བློ།

སྒྲོ་ཆུང་གང་དག་དངོས་རྣམས་ལ། །

ཡོད་པ་ཉིད་དང་མེད་ཉིད་དུ། །

ལྟ་བ་དེ་ནི་བལྟ་བྱ་བ། །

ཉེ་བར་ཞི་བ་ཞི་མི་མཐོང་། ། ༤

ལོག་པར་ལྟ་བའི་སྒྲོ་ཆུང་གང་དག་དེས་ནི་ཆོས་ཅན། དེ་ཤིག་ལྟ་བར་བྱ་བ་སྒྲོས་པ་  
ཉེ་བར་ཞི་ཞིང་ཞི་བའི་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་མངོན་སུམ་དུ་མི་མཐོང་སྟེ། དངོས་པོ་  
རྣམས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་དང་མེད་པ་ཉིད་དུ་བལྟ་བའི་ཕྱིར།

ཁམས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ལྟ་པའོ། །

ཁམས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ལྟ་པའོ། །

རབ་བྱེད་རྩལ་པ། འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་བརྟག་པ། .....

རབ་བྱེད་རྩལ་པ། འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་(བདག་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་)ལ་གསུམ། བརྟེན་པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
དགག། མཚན་ཉིད་སྦྱོར་གནས་འཛིག་གསུམ་དགག། རྒྱུ་ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་དགག་  
པའོ། །

དང་པོ་(བརྟེན་པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དགག་པ་)ལ་གསུམ། འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་དགག། མཐུག་བསྐྱབ་བ། རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འང་སྐྱར་བའོ། །

དང་པོ་(འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་དགག་པ་)ལ་གཉིས། སྒྲ་ཕྱིར་འབྱུང་བ་  
དགག། ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྱུང་བ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(སྒྲ་ཕྱིར་འབྱུང་བ་དགག་པ་)ནི། སྤང་ཁམས་སྦྱོར་མཆེད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། བརྟེན་  
པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདོད་ཆགས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན།  
རྒྱུ་ལ་གསུམ་ལས་མི་འདའ་བས། ཆགས་པ་སྐྱར་ཡོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཡོད་དམ།  
ཕྱིས་ཡོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཡོད། དང་པོ་ལྟར་ན།



གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་སྒྲ་རྩལ་ན། །  
འདོད་ཆགས་མེད་པའི་ཆགས་ཡོད་ན། །  
དེ་ལ་བརྟན་ནས་འདོད་ཆགས་ཡོད། །  
ཆགས་ཡོད་འདོད་ཆགས་ཡོད་པར་འགྱུར། ། ༡

ཆགས་པ་སྒྲ་ཡོད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་མེད་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྒྲ་རྩལ་  
ན་འདོད་ཆགས་མེད་པའི་ཆགས་པ་ཡོད་ན་དེ་ལ་བརྟན་ནས་འདོད་ཆགས་ཡོད་ལ་དེ་ལྟ་  
ན་ཆགས་པ་སྒྲ་ཡོད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ཡོད་པར་འགྱུར་ན་ཡང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
བའི་ཆགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ལྟར་ན།

ཆགས་པ་ཡོད་པར་མ་གྱུར་ན་འདྲ། །  
འདོད་ཆགས་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །

ཆགས་པ་ཡོད་པར་མ་གྱུར་ན་འདོད་ཆགས་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ། རྟེན་མེད་ན་བརྟེན་  
པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་ཆགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། མ་བཀག་པའི་ཕྱིར་  
ཞེ་ན།

ཆགས་པ་ལ་ཡང་འདོད་ཆགས་ནི། །  
ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རིམ་པ་མཚུངས། ། ༢

ཆགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཐལ། ཆགས་པ་ལ་ཡང་འདོད་ཆགས་ནི་སྒར་ཡོད་  
དམ་མེད་ཀྱང་། ཆགས་པ་སྒར་ཡོད་མེད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་འགོག་པའི་རིམ་པ་མཚུངས་  
པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་(ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྱུང་བ་དགག་པ་)ནི། འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཡོད་  
དོན་ནི།

འདོད་ཆགས་དང་ནི་ཆགས་པ་དག །

ལྷན་ཅིག་ཉིད་དུ་སྐྱེ་མི་རིགས། །

འདི་ལྟར་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག །

ཕན་ཚུན་སྟོས་པ་མེད་པར་འབྱུར། ། ༣

འདོད་ཆགས་དང་ནི་ཆགས་པ་དག་ལྷན་ཅིག་ཉིད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་མེད་རིགས་ཏེ།  
འདི་ལྟར་དེར་སྐྱེ་ན། འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་དག་ཕན་ཚུན་སྟོས་པ་མེད་པར་འབྱུར་  
བའི་བྱིར། གཞན་ཡང་འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་གམ་ཐ་  
དད། དང་པོ་ལྟར་ན།

གཅིག་ཉིད་ལྷན་ཅིག་ཉིད་མེད་དེ། །

དེ་ཉིད་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་མིན། །

ཅི་སྟེ་ཐ་དད་ཉིད་ཡིན་ན། །

## ལྷན་ཅིག་ཉིད་དུ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་། ༤

གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན། ལྷན་ཅིག་ཉིད་མེད་དེ། དེ་ཉིད་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་མིན་པའི་ཕྱིར། ཅི་སྟེ་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཉིད་ཡིན་ན་ལྷན་ཅིག་ཉིད་དུ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཏེ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ་  
ལོ། ༡

གལ་ཏེ་གཅིག་ཕུ་ལྷན་ཅིག་ན། ༡

གྲོགས་མེད་པ་ཡང་དེ་འབྱུང་རོ། ༡

གལ་ཏེ་ཐ་དད་ལྷན་ཅིག་ན། ༡

གྲོགས་མེད་པར་ཡང་དེར་འབྱུང་རོ། ༥

གལ་ཏེ་གཅིག་ཕུ་ཡིན་ཀྱང་ལྷན་ཅིག་ན། གྲོགས་མེད་པར་བ་ལང་གཅིག་ཕུ་དེ་ཡང་ལྷན་  
ཅིག་པ་དེར་འབྱུང་རོ། གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཡིན་ན་ཡང་ལྷན་ཅིག་ཡིན་ན་  
གྲོགས་མེད་པར་བ་ལང་སོ་སོ་བ་ཡང་ལྷན་ཅིག་དེར་འབྱུང་རོ། ༡

གལ་ཏེ་ཐ་དད་ལྷན་ཅིག་ན། ༡

གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ལ་ལྷན་ཅིག་ཡོད་དོན་ཞིན།

ཅི་མོ་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག ༡

ཐ་དད་ཉིད་དུ་གྲུབ་གྱུར་རམ། །  
དེས་ན་དེ་གཉིས་ལྷན་ཅིག་འགྱུར། ། ༤

ཅི་གོ་འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་ལྷན་ཅིག་མེད་  
པར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཉིད་དུ་གྲུབ་པར་འགྱུར་ན་ལྷན་ཅིག་དུ་  
འགྱུར་ན་འད། རང་བཞིན་གྱི་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག །  
ཐ་དད་ཉིད་དུ་གྲུབ་གྱུར་ན། །

གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཉིད་དུ་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེ་ན།

དེ་དག་ལྷན་ཅིག་ཉིད་དུ་ནི། །  
ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་ཡོངས་སུ་རྟོག ། ༥

དེ་དག་ཆོས་ཅན། ལྷན་ཅིག་ཉིད་དུ་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་ཡོངས་སུ་རྟོག་སྟེ། རྟོག་མི་རིགས་པར་  
ཐལ་ལོ། ། །

ཐ་དད་གྲུབ་པར་མ་གྱུར་པས། །  
དེ་ཕྱིར་ལྷན་ཅིག་འདོད་བྱེད་ན། །

ཐ་དད་རྒྱུ་པ་ལ་འདིས་འདི་ཆགས་པ་སྒྱུ་པར་མ་སྒྱུར་པས་དེ་སྒྱུ་པའི་ཕྱིར་དུ་  
ལྷན་ཅིག་འདོད་པར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན།

ལྷན་ཅིག་རབ་ཏུ་སྒྱུ་པའི་ཕྱིར། །

ཐ་དད་ཉིད་དུ་ཡང་འདོད་དམ། ། ༤

ལྷན་ཅིག་རབ་ཏུ་སྒྱུ་པའི་ཕྱིར་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཉིད་དུ་ཡང་འདོད་དགོས་པར་  
ཐལ། གཅིག་རྒྱུ་པ་ལ་འདིས་འདི་ཆགས་པ་མ་སྒྱུ་པའི་ཕྱིར།

ཆོས་ཅན།

ཐ་དད་དངོས་པོ་མ་སྒྱུ་པས། །

ལྷན་ཅིག་དངོས་པོ་འབྱུང་མི་འབྱུང་། །

ལྷན་ཅིག་པའི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་འབྱུང་པར་མི་འབྱུང་བར་ཐལ། རང་བཞིན་  
གྱིས་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་མ་སྒྱུ་པས་སོ། ། ཆོས་ཅན།

ཐ་དད་དངོས་པོ་གང་ཡོད་ན། །

ལྷན་ཅིག་དངོས་པོར་འདོད་པར་བྱེད། ། ༥

རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡོད་ན་ལྷན་ཅིག་པའི་དངོས་པོ་འདོད་པར་བྱེད་  
མི་རིགས་པར་ཐལ། ཏྲགས་འདྲ།

གཉིས་པ་(མཚུག་བསྐྱ་བ་)ནི། དེ་ལྟར་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་  
གྲིས་མེད་དེ། ལྷན་ཅིག་དང་ལྷན་ཅིག་མིན་པར་རང་བཞིན་གྲིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལྟར་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག །

ལྷན་ཅིག་ལྷན་ཅིག་མིན་མི་འགྲུབ། །

གསུམ་པ་(རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འང་སྐྱར་བ་)ནི།

འདོད་ཆགས་བཞིན་དུ་ཆོས་རྣམས་ཀྱན། །

ལྷན་ཅིག་ལྷན་ཅིག་མིན་མི་འགྲུབ། །

འདོད་ཆགས་བཞིན་དུ་ཆོས་རྣམས་ཀྱན་ཆོས་ཅན། ཆོས་འདྲ། ལྷན་ཅིག་དང་ལྷན་ཅིག་  
མིན་པར་རང་བཞིན་གྲིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་རྩག་པའོ། །

འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་རྩག་པའོ། །

རབ་བྱེད་བདུན་པ། གྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འཛིག་པ།.....

རབ་བྱེད་བདུན་པ། འདུས་བྱས་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་མཆན་ཉིད་གྱེ་གནས་འཛིག་གསུམ་དགག་པ་ལ་གསུམ། འདུས་བྱས་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག། ༡ དེས་འདུས་མ་བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཁེགས།  
ལྷུང་འགལ་སྤྲོད་བའོ། ༡

དང་པོ་(འདུས་བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། སྤྱི་ཉི་མཆན་ཉིད་དགག། །བྱེད་  
པར་གྱི་མཆན་ཉིད་དགག་པའོ། ༡

དང་པོ་(སྤྱི་ཉི་མཆན་ཉིད་དགག་པ་)ལ་གཉིས། ཐུན་མོང་དུ་དགག། ༡ སོ་སོར་དགག་པའོ།  
དང་པོ་(ཐུན་མོང་དུ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། འདུས་བྱས་ཡིན་མིན་བརྟགས་ནས་དགག། ༡  
རེ་རེ་བ་དང་ཚོགས་པ་གང་ཡིན་བརྟགས་ནས་དགག། ༡ མཆན་ཉིད་གཞན་ཡོད་མེད་  
བརྟགས་ནས་དགག་པའོ། ༡



དང་པོ་(འདུས་བྱས་ཡིན་མིན་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི། སྤང་ཁམས་སྐྱེ་མཆོད་འདུས་བྱས་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་སྐྱེ་གནས་འཇིག་གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་

ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་འདུས་བྱས་ན། །

དེ་ལ་མཆོན་ཉིད་གསུམ་ལྡན་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་དེ་ལ་ཆོས་ཅན། སྐྱེ་སོགས་མཆོན་ཉིད་གསུམ་ལྡན་དུ་འགྱུར་པར་ཐལ།  
འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅི་སྟེ་སྐྱེ་བ་འདུས་མ་བྱས། །

ཇི་ལྟར་འདུས་བྱས་མཆོན་ཉིད་ཡིན། ། ༡

ཅི་སྟེ་སྐྱེ་བ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཆོས་ཅན། ཇི་ལྟར་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །

གཉིས་པ་(ཇེ་ཇེ་བ་དང་ཆོགས་པ་གང་ཡིན་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི།

སྐྱེ་ལ་སོགས་གསུམ་སོ་སོ་ཡིས། །

འདུས་བྱས་མཆོན་ཉིད་བྱ་བར་ནི། །

རྣམས་མིན་.....། །

སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་པོ་སོ་སོ་ཡིས་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བྱ་བར་ནི་ཉུས་པ་  
མིན་པར་ཐལ། སྐྱེ་བ་མེད་པའི་གནས་འཛིག་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར།

.....གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ། 1

འདུས་པ་ཡང་ནི་ཇི་ལྟར་རུང་། 1 2

སྐྱེ་སོགས་གསུམ་དངོས་པོ་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་འདུས་པ་ཡང་ནི་  
ཇི་ལྟར་རུང་སྟེ་མི་རུང་བར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་གནས་ནས་འཛིག་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་  
རོ། 1

གསུམ་པ་(མཚན་ཉིད་གཞན་ཡོད་མེད་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ལ་གཉིས། ཐལ་བ་དགོད། སྐྱོན་  
སྤྲོད་དགག་པ་འོ། 1

དང་པོ་(ཐལ་བ་དགོད་པ་)ནི།

སྐྱེ་དང་གནས་དང་འཛིག་རྣམས་ལ། 1

འདུས་བྱས་མཚན་ཉིད་གཞན་ཞིག་ནི། 1

གལ་ཏེ་ཡོད་ན་ཐུག་མེད་འབྱུང་། 1

མེད་ན་དེ་དག་འདུས་བྱས་མིན། 1 3

སྐྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འཇིག་པ་རྣམས་ལ་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་གཞན་ཞིག་ནི་  
 ཡོད་དམ་མེད། གལ་ཏེ་ཡོད་ན་སྐྱེ་སོགས་དེ་དག་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་ཐུག་མེད་དུ་  
 འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། ། མེད་དོ་ཞེ་ན། ཆོས་ཅན། འདུས་བྱས་མིན་པར་ཐལ་ལོ། །  
 གཉིས་པ་(སྐྱོན་སྤོང་དགག་པ་)ལ་གཉིས། ཐལ་བ་དང་པོར་སྐྱོན་སྤོང་དགག། ། ཐལ་བ་  
 གཉིས་པའི་སྐྱོན་སྤོང་དགག་པ་འོ།

དང་པོ་(ཐལ་བ་དང་པོར་སྐྱོན་སྤོང་དགག་པ་)ནི། མང་བཀྱར་བ་ན་རེ། སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་འདུས་  
 མ་བྱས་སུ་མི་འགྱུར་ཏེ། སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཐུག་མེད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 ཕ་བའི་མཆན་ཉིད་དང་རྗེས་མཐུན་གྱི་མཆན་ཉིད་རྣམས་པན་ཚུན་སྦྱབ་པར་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་ཡང་ཆོས་དགེ་བའམ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཅིག་སྐྱེ་བ་ན་རང་དང་བཅོམ་ལྷ་སྐྱེ་སྟེ།  
 ཆོས་དེ་དང་དེའི་སྐྱེ་བ་དང་ལྷན་པ་དང་གནས་པ་དང་རྒྱ་བ་དང་མི་རྟག་པ་དང་། ཉོན་  
 མོངས་ཅན་ཡིན་ན། ལོག་པའི་རྣམ་གྲོལ་དང་། དགེ་བ་ཡིན་ན་ཡང་དག་པའི་རྣམ་གྲོལ་  
 དང་། དེས་འབྱུང་ཡིན་ན་དེའི་དེས་འབྱུང་དང་། མ་ཡིན་ན། དེའི་དེས་འབྱུང་མ་ཡིན་  
 པའོ། ། དེ་ལ་དགེ་བའམ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དེ་གཙོ་བོ་དང་། དེའི་སྐྱེ་བ་ནས་དེས་འབྱུང་  
 གི་བར་ནི་འཁོར་དང་། སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་ནས་དེས་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི་དེས་འབྱུང་མ་ཡིན་  
 པའི་བར་ནི་འཁོར་གྱི་འཁོར་རོ།

སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བས་རྩ་བ་ཡི། །  
 སྐྱེ་བ་འབའ་ཞིག་སྐྱེད་པར་བྱེད། །

ཙ་བའི་སྒྲེ་བས་སྒྲེ་བ་ཡི། 1

སྒྲེ་བའང་སྒྲེ་བ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། 1 ར

དེའི་ནང་ནས་སྒྲེ་བའི་སྒྲེ་བས་ཙ་བའི་སྒྲེ་བ་འབའ་ཞིག་སྒྲེ་བ་པར་བྱེད་ལ། ཙ་བའི་སྒྲེ་  
བས་སྒྲེ་བའི་སྒྲེ་བའང་སྒྲེ་བ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་སྒྲེ་བའི་སྒྲེ་བ། 1

ཙ་བའི་སྒྲེ་བ་སྒྲེ་བ་པར་བྱེད་ན། 1

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་སྒྲེ་བའི་སྒྲེ་བས་ཙ་བའི་སྒྲེ་བ་སྒྲེ་བ་པར་བྱེད་ན།

ཁྱོད་གྱི་ཙ་བས་མ་བསྒྲེ་བ་དེས། 1

དེའི་ཇི་ལྟར་སྒྲེ་བ་པར་བྱེད། 1 ལ

ཁྱོད་གྱི་ཙ་བའི་སྒྲེ་བས་མ་སྒྲེ་བ་པར་བྱེད་སྒྲེ་བའི་སྒྲེ་བ་དེས་ཙ་བའི་སྒྲེ་བ་དེའི་ཇི་ལྟར་  
སྒྲེ་བ་པར་བྱེད་པ་མི་རིགས་པར་བྱེད། ཙ་བའི་སྒྲེ་བས་སྒྲེ་བའི་སྒྲེ་བ་སྒྲེ་བ་དགོས་པའི་  
ཕྱིར།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་ཙ་བ་ཡིས། 1

བསྒྲེ་བ་དེ་ཡིས་ཙ་སྒྲེ་བ་པར་བྱེད་ན། 1

གཤམ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཙུ་བ་ཡིས་སྐྱེད་པའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་དེ་ཡིས་ཙུ་བའི་སྐྱེ་བ་སྐྱེད་ན།

དེས་མ་བསྐྱེད་པའི་ཙུ་བ་དེས། །

དེ་ནི་ཇི་ལྟར་སྐྱེད་པར་བྱེད། ། ༦

སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་དེས་མ་སྐྱེད་པའི་ཙུ་བའི་སྐྱེ་བ་དེས་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་དེ་ནི་ཇི་ལྟར་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཙུ་བའི་སྐྱེ་བ་དེ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བས་སྐྱེད་དགོས་པའི་བྱིར། གཤམ་ཏེ་  
ཕན་ཚུན་སྐྱེ་བཞིན་པས་སྐྱེད་དོན་ན། སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་ཆོས་ཅན། ཙུ་བའི་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བཞིན་  
པས་སྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

གཤམ་ཏེ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་ཡིས། །

དེ་སྐྱེད་པར་ནི་བྱེད་ལུས་ན། །

ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བཞིན་པ་དེ་ཡིས། །

དེ་སྐྱེད་པར་ནི་འདོད་ལ་རག། ། ༧

གཤམ་ཏེ་ཙུ་བའི་སྐྱེ་བ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་ཡིས་ཁྱོད་སྐྱེད་པར་ནི་བྱེད་ལུས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཙུ་

བའི་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བཞིན་པ་དེ་ཡིས་ཁྱོད་སྐྱེད་པར་ནི་འདོད་ལ་རག་ན། ཙ་བའི་སྐྱེ་བ་མ་སྐྱེས་  
པས་ཁྱོད་སྐྱེད་མི་ཉུས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ཐལ་བ་གཉིས་པའི་སྐྱོན་སྤྲོད་དགག་པ་)ལ་གཉིས། སྐྱོན་སྤྲོད་དང་། དེ་དགག་པ་འོ།

དང་པོ་(སྐྱོན་སྤྲོད་)ནི།

ཇི་ལྟར་མར་མེ་རང་དང་གཞན། 1

སྤྲོད་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། 1

སྐྱེ་བའང་རང་དང་གཞན་གྱི་དངོས། 1

གཉིས་ཀ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། 1 ༥

ཇི་ལྟར་མར་མེས་རང་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་སྤྲོད་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བས་ཀྱང་རང་  
དང་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་གཉིས་ཀ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་འདུས་མ་བྱས་དང་བྱག་  
མེད་ཀྱི་སྐྱོན་གཉིས་ཀ་མེད་དོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་(དེ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། དཔེ་དགག་ 1 དོན་དགག་པ་འོ། 1

དང་པོ་(དཔེ་དགག་པ་)ནི།

མར་མེ་དང་ནི་གང་དག་ན། 1

དེ་འདུག་པ་ན་མུན་པ་མེད། 1

མར་མེས་ཅི་ཞིག་སྒྲུང་བར་བྱེད། 1

མུན་པ་སེལ་བས་སྒྲུང་བྱེད་ཡིན། 1 ཅ

མར་མེས་ཅི་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲུང་བར་བྱེད་མི་རིགས་པར་ཐལ། མུན་པ་སེལ་བས་  
སྒྲུང་བྱེད་ཡིན་དགོས་ན། མར་མེ་དང་ནི་ཡུལ་གང་དག་ན་མར་མེ་དེ་འདུག་པ་ན་མུན་པ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་མར་མེ་སྐྱེ་བཞིན་པས་མུན་པ་སེལ་ལོ་ཞེ་ན།

གང་ཆོ་མར་མེ་སྐྱེ་བཞིན་པ། 1

མུན་པ་དང་ནི་སྤང་མེད་ན། 1

ཇི་ལྟར་མར་མེ་སྐྱེ་བཞིན་པས། 1

མུན་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། 1 ༡༠

ཇི་ལྟར་མར་མེ་སྐྱེ་བཞིན་པས་མུན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པར་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། གང་གི་ཆོ་མར་མེ་སྐྱེ་བཞིན་པ་མུན་པ་དང་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྤང་བ་  
མེད་པའི་ཕྱིར།

མར་མེ་སྤང་བ་མེད་པར་ཡང་། 1

གལ་ཏེ་མུན་པ་སེལ་བྱེད་ན། 1

གལ་ཏེ་མར་མེ་མུན་པ་དང་སྤང་བ་མེད་པར་ཡང་མུན་པ་སེལ་བྱེད་ཡིན་ནི་ཞེ་ན།



འཇིག་རྟེན་ཀླན་ན་གནས་པའི་ལུན། །

འདིན་གནས་པ་དེས་སེལ་འགྱུར། ། ༡༡

འཇིག་རྟེན་ཀླན་ན་གནས་པའི་ལུན་པ་ཡུལ་དེན་གནས་པ་དེས་སེལ་པར་འགྱུར་བར་  
ཐལ་ལོ། །

མར་མེ་རང་དང་གཞན་གྱི་དངོས། །

གལ་ཏེ་སྒྲུང་བར་བྱེད་འགྱུར་ན། །

ལུན་པ་འང་རང་དང་གཞན་གྱི་དངོས། །

སྒྲིབ་པར་འགྱུར་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད། ༡༢

གལ་ཏེ་མར་མེ་རང་དང་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྒྲུང་བར་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲུང་བྱེད་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ལུན་པ་འང་རང་དང་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྒྲིབ་པར་འགྱུར་བར་ཐེ་ཚོམ་  
མེད་པར་ཐལ། སྒྲིབ་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་(དོན་དགག་པ་)ནི། སྒྲེ་བ་དེ་སྒྲེས་སམ་མ་སྒྲེས། མ་སྒྲེས་ན།

སྒྲེ་བ་འདི་ནི་མ་སྒྲེས་པས། །

རང་གི་བདག་ཉིད་ཇི་ཉམས་སྒྲེད། །

སྐྱེ་བ་འདི་ནི་ཆོས་ཅན། རང་གི་བདག་ཉིད་ཇི་ལྟར་སྐྱེད་མི་རིགས་པར་ཐལ། མ་སྐྱེས་  
པས་སོ། །

ཅི་སྟེ་སྐྱེས་པས་སྐྱེད་བྱེད་ན། །  
སྐྱེས་ན་ཅི་ཞིག་བསྐྱེད་དུ་ཡོད། ། 73

ཅི་སྟེ་སྐྱེས་པས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ན། ཆོས་ཅན། རང་གིས་ཅི་ཞིག་སྐྱེད་དུ་ཡོད་དེ་མེད་པར་  
ཐལ། སྐྱེས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་(སོ་སོ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། སྐྱེ་བ། གནས་པ། འཇིག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་  
པ་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(སྐྱེ་བ་)ལ་གསུམ། དུས་གསུམ་དུ་དཔྱད་ནས་དགག། ། ཡོད་མེད་གསུམ་དུ་  
དཔྱད་ནས་དགག། ། འགག་བཞིན་པ་ཡིན་མིན་དཔྱད་ནས་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(དུས་གསུམ་དུ་དཔྱད་ནས་དགག་པ་)ནི།

སྐྱེས་དང་མ་སྐྱེས་སྐྱེ་བཞིན་པ། །  
ཇི་ལྟར་བྱུང་ཡང་མི་སྐྱེད་པ། །  
དེ་ནི་སོང་དང་མ་སོང་དང་། །  
བགོམ་པས་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཡིན། ། 74

སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། སྐྱེས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་དང་། སྐྱེ་བཞིན་པ་ཇི་ལྟ་བུར་ཡང་  
རང་བཞིན་གྱིས་མི་སྐྱེད་པ་དེ་ནི་སོང་བ་དང་མ་སོང་བ་དང་བགོམ་པ་ལ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགོག་པའི་རིགས་པས་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གལ་ཏེ་སྐྱེ་བའི་བྱ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བཞིན་པ་སྐྱེའོ་ཞེ་ན།

གང་ཆེ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་ན། །  
སྐྱེ་བཞིན་འདི་འབྱུང་མེད་པའི་ཆོ། །  
ཇི་ལྟར་སྐྱེ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། །  
སྐྱེ་བཞིན་ཞེས་ནི་བརྗོད་པར་བྱ། ། ༡༥

ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི་སྐྱེ་བཞིན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ཅེས་ནི་བརྗོད་པར་  
བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གང་གི་ཆེ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་ན་སྐྱེ་བཞིན་པ་འདི་འབྱུང་བ་མེད་པའི་  
ཕྱིར།

རང་སྤྲེད་དོས་སྤྲེད་བ་ན་རེ། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་འཆད་པའི་ཟོལ་གྱིས་རྟེན་འབྱུང་འཇིག་  
པར་བྱེད་པ་ཁྱོད་ལ་འཇིགས་ཏེ། རྒྱལ་བས་འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྱུང་ཞེས་རྟེན་འབྱུང་  
གསལ་བར་མཛད་ལ། ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱེས་དང་མ་སྐྱེས་སྐྱེ་བཞིན་པ། ཞེས་དེ་འཇིག་པར་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

རྟེན་ཅིང་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ནི་དེ་ལོ་ཉིད་གྱིས་ཞི། །  
དེ་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་ཞིན་ཉིད་དང་ནི། །  
སྐྱེ་བ་ཡང་ནི་ཞི་བ་ཉིད། ། ༡༤

སྐྱེ་བ་ཞིན་ཉིད་དང་ནི་སྐྱེ་བ་ཡང་ནི་རང་བ་ཞིན་གྱི་ཞི་བ་ཉིད་དེ། རྟེན་ཅིང་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་  
པ་དེ་དེ་ལོ་ཉིད་གྱིས་ཞི་བ་དེ་འི་ཕྱིར། གང་ཆོ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་ན། ཞེས་པ་མི་རིགས་ཏེ།  
འབྱུང་འབྱུར་ལ་བསམས་ནས་སྐྱེ་བས་སྐྱེ་བ་ཞིན་པ་སྐྱེད་དོ་ཞི་ན།

གཤམ་ཏེ་དངོས་པོ་མ་སྐྱེས་པ། །  
འགའ་ཞིག་གང་ན་ཡོད་ཁྱུར་ན། །  
དེ་ནི་སྐྱེ་འབྱུར་དངོས་པོ་དེ། །  
མེད་ན་ཅི་ཞིག་སྐྱེ་བར་འབྱུར། ། ༡༥

གཤམ་ཏེ་སྐྱེ་བ་དེ་ཡིས་ནི། སྐྱེ་བ་ཞིན་པ་ཅི་ཞིག་རང་བ་ཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བར་འབྱུར་ཏེ་མི་  
འབྱུར་བར་ཐལ། གཤམ་ཏེ་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་མ་སྐྱེས་པའི་སྤྱོད་ལ་དུ་ཡུལ་གང་ན་  
ཡོད་པར་ཁྱུར་ན། སྐྱེ་བ་ཞིན་པ་དེ་ནི་སྐྱེ་བར་འབྱུར་ན་ཡང་དངོས་པོ་དེ་ནི་མ་སྐྱེས་  
པའི་སྤྱོད་ལ་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཤམ་ཏེ་སྐྱེ་བ་དེ་ཡིས་ནི། །  
སྐྱེ་བ་ཞིན་པ་ནི་སྐྱེད་བྱེད་ན། །

སྐྱེ་བ་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་ལྟ། །  
གང་ཞིག་གིས་ནི་སྐྱེད་པར་བྱེད། ། ༡༥

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་དེ་ཡིས་ནི་སྐྱེ་བ་ཞིན་པ་ནི་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་སྐྱེ་བ་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་ལྟ་གང་ཞིག་  
གིས་མི་སྐྱེད་པར་བྱེད་དེ་ངེས་པས།

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་གཞན་ཞིག་གིས། །  
དེ་སྐྱེད་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་གཞན་ཞིག་གིས་སྐྱེ་བ་དེ་སྐྱེད་དོ་ཞེ་ན། སྐྱེ་བ་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་  
རོ། །

ཅི་སྟེ་སྐྱེ་བ་མེད་སྐྱེ་ན། །  
ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་སྐྱེ་བར་འགྱུར། ། ༡༥

ཅི་སྟེ་སྐྱེ་བ་དེ་སྐྱེ་བ་དོན་གཞན་མེད་པར་སྐྱེ་འོ་ཞེ་ན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་དེ་བཞིན་  
དུ་སྐྱེ་བ་དོན་གཞན་མེད་པར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། །

གཉིས་པ་(ཡོད་མེད་གསུམ་དུ་དབྱེད་ནས་དགག་པ་)ནི། སྐྱེ་བ་ཚོས་ཅན།

རེ་ཞིག་ཡོད་དང་མེད་པ་ཡང་། །

སྐྱེ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། །

ཡོད་མེད་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཞེས། །

གོང་དུ་བསྟན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། 20

རང་བཞིན་གྱིས་མི་སྐྱེད་དེ། རེ་ཞིག་རང་དུས་ན་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཡང་སྐྱེ་བ་རིགས་  
པ་མ་ཡིན་ཅིང་ཡོད་མེད་ཉིད་ཀྱང་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཅེས་གོང་དུ་བསྟན་པ་ཉིད་ ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །

གསུམ་པ་ (འགག་བཞིན་ཡིན་མིན་དཔྱད་ནས་དགག་པ་) ནི།

དངོས་པོ་འགག་བཞིན་ཉིད་ལ་ནི། །

སྐྱེ་བ་འབྲད་པར་མི་འབྱུང་རོ། །

གང་ཞིག་འགག་བཞིན་མ་ཡིན་པ། །

དེ་ནི་དངོས་པོར་མི་འབྲད་དོ། ། 21

དངོས་པོ་འགག་བཞིན་ཉིད་ལ་ནི་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བར་མི་འབྱུང་ཏེ།  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། གང་ཞིག་འགག་བཞིན་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། མི་སྐྱེ་བར་ཐལ།  
དངོས་པོར་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (གནས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱབ་པ་དགག་པ་) རི།

དངོས་པོ་གནས་པ་མི་གནས་ཏེ། །  
དངོས་པོ་མི་གནས་གནས་པ་མིན། །  
གནས་བཞིན་པ་ཡང་མི་གནས་ཏེ། །

དངོས་པོ་གནས་ཟིན་པ་ཆོས་ཅན། མི་གནས་ཏེ། གནས་པའི་བྱ་བ་འགགས་པའི་ཕྱིར།  
དངོས་པོ་མི་གནས་པ་ཆོས་ཅན། གནས་པ་མིན་ཏེ། གནས་པའི་བྱ་བ་དང་  
བྲལ་བའི་ཕྱིར། གནས་བཞིན་པ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས་ཏེ། གནས་པའི་བྱ་བ་  
གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར།

མ་སྦྱེས་གང་ཞིག་གནས་པར་འགྱུར། ། ༢༢

དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་བཤམ།  
རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར།

དངོས་པོ་འགག་བཞིན་ཉིད་ལ་ནི། །  
གནས་པ་འབྲད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །



དངོས་པོ་འགག་བཞིན་ཉིད་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པ་འབྲད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
གནས་པ་དང་འགག་པའི་བྱ་བ་གཉིས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར།

གང་ཞིག་འགག་བཞིན་མ་ཡིན་པ། །  
དེ་ནི་དངོས་པོར་མི་འབྲད་དོ། ། 23

གང་ཞིག་འགག་བཞིན་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས་ཏེ།  
དངོས་པོར་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར།

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དུས་ཀྱན་ཏུ། །  
ཆ་དང་འཆི་བའི་ཆོས་ཡིན་ན། །  
གང་དག་ཆ་དང་འཆི་མེད་པར། །  
གནས་པའི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཡོད། ། 24

གང་དག་ཆ་བ་དང་འཆི་བ་མེད་པར་གནས་པའི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དུས་ཀྱན་ཏུ་ཆ་བ་དང་འཆི་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གནས་པ་གནས་པ་གཞན་དང་ནི། །  
དེ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་གནས་མི་རིགས། །  
ཇི་ལྟར་སྒྲེ་བ་རང་དང་ནི། །

## གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་བཞིན། ། ༢༥

གནས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། གནས་བྱེད་གཞན་དག་དང་ནི་དེ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་  
གནས་པ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བ་རང་དང་ནི་གཞན་གྱིས་སྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་  
བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(འཇིག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱབ་པ་དགག་པ་)ལ་ལྟ། དུས་གསུམ་ལ། གནས་པ་ཡིན་  
མིན་ལ། རང་གཞན་ལ། དངོས་པོ་ཡོད་མེད་ལ། འཇིག་བྱེད་གཞན་ཡོད་མེད་ལ་  
བརྟགས་ནས་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(དུས་གསུམ་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི། སྐྱེ་གནས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ།  
འཇིག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

འགགས་པ་འགག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །

མ་འགགས་པ་ཡང་འགག་མི་འགྱུར། །

འགག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་གསུམ་ལས་མི་འདའ་བས། འགགས་པ་འགག་  
པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བ་འགལ་བའི་ཕྱིར། མ་འགགས་པ་མ་འོངས་  
པ་ཡང་འགག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འགག་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར།

འགག་བཞིན་པ་ཡང་དེ་བཞིན་མིན། །

མ་སྐྱེས་གང་ཞིག་འགག་པར་འགྱུར། ། 26

འགག་བཞིན་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་འགག་པ་མིན་ཏེ། འགག་བཞིན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་འགག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (གནས་པ་ཡིན་མིན་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་) རྟོ།

རེ་ཞིག་དངོས་པོ་གནས་པ་ལ། །

འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

དངོས་པོ་མི་གནས་པ་ལ་ཡང་། །

འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། 27

རེ་ཞིག་དངོས་པོ་གནས་པ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འགག་པ་དང་གནས་པའི་བྱ་བ་གཉིས་གཞི་གཅིག་ལ་འགལ་བའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་རང་དུས་སུ་མི་གནས་པ་ལ་ཡང་འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(རང་བཞིན་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི། འགག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ།

གནས་སྐབས་དེ་ཡིས་གནས་སྐབས་ནི།

དེ་ཉིད་འགག་པ་ཉིད་མི་འགྱུར། །

གནས་སྐབས་གཞན་གྱིས་གནས་སྐབས་ནི། །

གཞན་ཡང་འགག་པ་ཉིད་མི་འགྱུར། ། 25

གནས་སྐབས་དེ་ཡིས་གནས་སྐབས་ནི་དེ་ཉིད་འགག་པ་ཉིད་མི་འགྱུར་ཞིང་། གནས་  
སྐབས་གཞན་གྱིས་གནས་སྐབས་ནི་གཞན་ཡང་འགག་པ་ཉིད་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གང་ཆེ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

སྐྱེ་བ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་བ། །

དེ་ཆེ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། 26

ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འགག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་  
ཆེ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་འཐད་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།  
བཞི་པ་(དངོས་པོ་ཡོད་མེད་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི།

རེ་ཞིག་དངོས་པོ་ཡོད་པ་ལ། །  
འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
གཅིག་ཉིད་ན་ནི་དངོས་པོ་དང་། །  
དངོས་པོ་མེད་པ་འཐད་པ་མེད། ། ༣༠

རེ་ཞིག་དངོས་པོ་ཡོད་པ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གཞི་  
གཅིག་ཉིད་ན་ནི་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་འཐད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་པ་ལ་འདྲ། །

འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
མགོ་གཉིས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་ནི། །  
གཅད་དུ་མེད་པ་དེ་བཞིན་ནོ། ། ༣༡

དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་པ་ལ་འདྲ་འགག་པའི་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོར་མེད་  
པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། མགོ་གཉིས་མེད་པ་ལ་ཇི་ལྟར་ནི་མགོ་གཉིས་ བཅད་དུ་མེད་པ་དེ་  
བཞིན་ནོ། །

ལྷ་པ་(འཛིག་བྱེད་གཞན་ཡོད་མེད་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི།

འགག་པ་རང་གི་བདག་ཉིད་གྱིས། །

ཡོད་མིན་འགག་པ་གཞན་གྱིས་མིན། །

ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བ་རང་དང་ནི། །

གཞན་གྱིས་སྐྱེད་པ་མ་ཡིན་བཞིན། ། ༣༢

འགག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། རང་གི་བདག་ཉིད་གྱིས་འགག་པ་ཡོད་པ་མིན་  
གཞན་གྱིས་འགག་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བ་རང་དང་ནི་གཞན་གྱིས་སྐྱེད་པ་མ་  
ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ཁྱད་པ་གྱི་མཚན་ཉིད་དགག་པ་)ནི། གལ་ཏེ་འདུས་བྱས་སྒྱུ་འི་མཚན་ཉིད་བཀག་  
ཀྱང་། ཁྱད་པར་གྱི་མཚན་ཉིད་སྒྲ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་དོན་ཞེ་ན།

སྐྱེ་དང་གནས་དང་འཇིག་པ་དག །

མ་གྲུབ་ཕྱིར་ན་འདུས་བྱས་མེད། །

འདུས་བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། སྐྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འཇིག་པ་དག་རང་བཞིན་  
གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེའི་ཕྱིར་ཁྱད་པར་གྱི་མཚན་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(དེས་འདུས་མ་བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལོགས་པ་)ནི། འདུས་བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོད་དེ། མི་མཐུན་ཕྱོགས་འདུས་མ་བྱས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

འདུས་བྱས་རབ་ཏུ་མ་གྲུབ་པས། །

འདུས་མ་བྱས་ནི་ཇི་ལྟར་འགྲུབ། ། 33

འདུས་མ་བྱས་ནི་ཇི་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འགྲུབ་པར་ཐལ། འདུས་བྱས་རང་བཞིན་  
གྱིས་རབ་ཏུ་མ་གྲུབ་པས་སོ། །

གསུམ་པ་(ལུང་འགལ་སྤང་བ་)ནི། རྒྱུ་འཇིག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་འདུས་བྱས་རྒྱུས་  
བར་ཡང་མཛོན། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

མི་ལམ་ཇི་བཞིན་སྐྱུ་མ་བཞིན། །

དྲི་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ཇི་བཞིན་དུ། །

དེ་བཞིན་སྐྱེ་དང་དེ་བཞིན་གནས། །

དེ་བཞིན་དུ་ནི་འཇིག་པ་གསུངས། ། 34

མི་འགལ་ཏེ། མི་ལམ་ཇི་བཞིན་སྐྱུ་མ་བཞིན་དྲི་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ཇི་བཞིན་དུ། །  
དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་དང་དེ་བཞིན་དུ་གནས་པ་དང་དེ་བཞིན་དུ་ནི་འཇིག་པ་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྒྱུ་བ་གནས་པ་དང་འཇིག་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བདུན་པ་འོ། །



སྐྱེ་བ་གནས་པ་དང་འཛིག་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བདུན་པ་འོ། །

རབ་བྱེད་བརྟག་པ། བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་བརྟག་པ། ལས་དང་བྱེད་པོ་བརྟག་པ།

གསུམ་པ་རྒྱ་ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་དགག་པ་ལ་གསུམ། ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་རང་བཞིན་  
གྲིས་གྲུབ་པ་དགག། ཐ་སྙད་དུ་ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་འཛིག་ཚུལ། རིགས་པ་དེ་གཞན་  
ལ་འང་སྒྱར་བ་འོ། །

དང་པོ་(ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་རང་བཞིན་གྲིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་ལ་)གཉིས།  
ཕྱོགས་མཐུན་གྱི་བྱ་བྱེད་དགག། ཕྱོགས་མི་མཐུན་གྱི་བྱ་བྱེད་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(ཕྱོགས་མཐུན་གྱི་བྱ་བྱེད་དགག་པ་)ནི། འདུས་བྱས་རང་བཞིན་གྲིས་ཡོད་དེ། རྒྱ་ལས་  
དང་བྱེད་པ་པོ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།

བྱེད་པོ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་དེ། །

ལས་སུ་གྱུར་པ་མི་བྱེད་དོ། །

བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱུར་པ་ཡང་། །

## ལས་སྤྱོད་མ་གྱི་མེད་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ ། ༡

ཁྱེད་པ་པོ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་ནི་ལས་སྤྱོད་མ་གྱི་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་མི་ཁྱེད་དེ། འོག་གི་  
རིགས་པས་གཞོན་པའི་ཕྱིར། ཁྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་ཡང་ལས་སྤྱོད་མ་གྱི་མེད་པའི་  
ཁྱེད་དེ། ཉམས་ལུང་། ཇི་ལྟར་གཞོན་ན།

ཡིན་པར་གྱུར་པ་བྱ་བ་མེད། །  
ཁྱེད་པོ་མེད་པའི་ལས་སྤྱོད་ལྟར་འགྱུར། །

ཁྱེད་པ་པོ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་ལས་སྤྱོད་ལྟར་བར་ཐལ། ཁྱེད་པ་པོས་ལས་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཁྱེད་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་སྟེ།

ཡིན་པར་འགྱུར་པ་བྱ་བ་མེད། །  
ལས་མེད་ཁྱེད་པ་པོར་ཡང་འགྱུར། ། ༢

དེ་ལྟར་ན་ལས་གཅིག་ཁྱེད་པའི་ཆོ་བ་དོན་གཞན་གཉིས་ཡོད་དགོས་ཤིང་ཁྱེད་པ་པོ་  
ཡིན་པར་གྱུར་པ་ལ་བྱ་བ་གཉིས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ལས་མེད་པའི་ཁྱེད་པ་པོར་ཡང་  
འགྱུར་བར་ཐལ། ལས་དེ་ཁྱེད་པ་པོས་རང་བཞིན་གྱིས་ཁྱེད་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་སྟེ།

དེ་ལྟར་ན། ལས་གཅིག་བྱེད་པའི་ཆོ་བ་དོན་གཞན་གཉིས་ཡོད་དགོས་ཤིང་ལས་ཡིན་  
པར་གྱུར་པ་ལ་བྱ་བ་གཉིས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་བྱེད་པོར་མ་གྱུར་པ། 1

ལས་སུ་མ་གྱུར་བྱེད་ན་ནི། 1

ལས་ལ་རྒྱ་ནི་མེད་པར་འགྱུར། 1

བྱེད་པ་པོ་ཡང་རྒྱ་མེད་འགྱུར། 1 2

གལ་ཏེ་བྱེད་པ་པོར་མ་གྱུར་པས་ལས་སུ་མ་གྱུར་པ་བྱེད་ན་ནི། ལས་ལ་རྒྱ་ནི་མེད་པར་  
འགྱུར་ཞིང་བྱེད་པ་པོ་ཡང་རྒྱ་མེད་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། 1 འདོད་ན།

རྒྱ་མེད་ན་ནི་འབྲས་བུ་དང་། 1

རྒྱ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། 1

འབྲས་བུ་དང་རྒྱ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་ལ་རྒྱ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།

དེ་མེད་ན་ནི་བྱ་བ་དང་། 1

བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་མི་རིགས། 1 2

བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱེད་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། རྒྱ་འབྲས་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན།

བྱ་བ་ལ་སོགས་མི་རིགས་ན། །  
ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན།

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་མེད་ན་ནི། །  
དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བྱ་མེད། ། ༥

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བྱ་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་མེད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།

འབྲས་བྱ་མེད་ན་ཐར་པ་དང་། །  
མཐོ་རིས་འགྱུར་བའི་ལམ་མི་འཐད། །  
བྱ་བ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །  
དོན་མེད་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༦

ཐར་པ་དང་མཐོ་རིས་སུ་འགྱུར་བའི་ལམ་མི་འཐད་ཅིང་། བྱ་བ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
དོན་མེད་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ། འབྲས་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།

བྱེད་པ་པོར་གྱུར་མ་གྱུར་པ། །  
གྱུར་མ་གྱུར་དེ་མི་བྱེད་དེ། །  
ཡིན་དང་མ་ཡིན་གྱུར་ཅིག་ལ། །  
ཕན་ཚུན་འགལ་བས་ག་ལ་ཡོད། ། ༧

བྱེད་པ་པོར་གྱུར་མ་གྱུར་གཉིས་ཀས་ལས་སུ་གྱུར་མ་གྱུར་དེ་མི་བྱེད་དེ། བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་དང་མ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་གཞི་གཅིག་ལ་ཕན་ཚུན་འགལ་བས་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ཕྱོགས་མི་མཐུན་གྱི་བྱ་བྱེད་དགག་པ་)ནི།

བྱེད་པ་པོར་ནི་གྱུར་པ་ཡིས། །  
མ་གྱུར་ལས་ནི་མི་བྱེད་དེ། །

བྱེད་པ་པོར་ནི་གྱུར་པ་ཡིས་ལས་ནི་མ་གྱུར་པ་མི་བྱེད་དེ། འདིར་ཡང་བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་ལས་སུ་འགྱུར་ཞིང་ལས་ལ་རྒྱ་ནི་མེད་པའི་སྒྲིན་དེར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

མ་གྱུར་པས་ཀྱང་གྱུར་མི་བྱེད། །  
འདིར་ཡང་སྒྲིན་དེར་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༨

བྱེད་པ་པོར་མ་གྱུར་པས་ཀྱང་ལས་སུ་གྱུར་པ་མི་བྱེད་དེ། འདིར་ཡང་བྱེད་པ་པོ་ཡང་རྒྱ་  
མེད་འགྱུར་ཞིང་ལས་མེད་བྱེད་པ་པོར་ཡང་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

བྱེད་པ་པོར་ནི་གྱུར་པ་དང་། །  
བཅས་པ་ལས་ནི་མ་གྱུར་དང་། །  
གྱུར་མ་གྱུར་པ་མི་བྱེད་དེ། །  
གཏན་ཆོག་ས་གོང་དུ་བསྟན་ཕྱིར་རོ། ། ༩

བྱེད་པ་པོར་ནི་གྱུར་པ་དང་བཅས་པས་ལས་ནི་མ་གྱུར་པ་དང་གྱུར་མ་གྱུར་གཉིས་ཀ་མི་  
བྱེད་དེ། བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་ལས་སུ་འགྱུར་ཞིང་ལས་ལ་རྒྱ་ནི་མེད་པ་དང་ཡིན་དང་མ་  
ཡིན་གྱུར་ཅིག་ལ་ཞེས་གཏན་ཆོག་ས་གོང་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བྱེད་པ་པོར་ནི་མ་གྱུར་པས། །  
ལས་ནི་གྱུར་དང་བཅས་པ་དང་། །  
མ་གྱུར་གྱུར་པ་མི་བྱེད་དེ། །  
གཏན་ཆོག་ས་གོང་དུ་བསྟན་ཕྱིར་རོ། ། ༡༠

བྱེད་པ་པོར་ནི་མ་གྱུར་པས་ལས་ནི་གྱུར་པ་དང་བཅས་པ་དང་གྱུར་མ་གྱུར་གཉིས་ཀ་མི་  
བྱེད་དེ། བྱེད་པ་པོ་ཡང་སྐྱེ་མེད་དང་ལས་མེད་བྱེད་པ་པོར་ཡང་འགྱུར་ཞིང་ཡིན་དང་མ་  
ཡིན་གྱུར་ཅིག་ལ་ཞེས་གཏན་ཆོག་གས་གོང་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ།

བྱེད་པ་པོར་གྱུར་མ་གྱུར་ནི། 1

ལས་སུ་གྱུར་དང་མ་གྱུར་པ། 1

མི་བྱེད་འདི་ཡང་གཏན་ཆོག་གས་ནི། 1

གོང་དུ་བསྟན་པས་ཤེས་པར་བྱ། 1 ༡༡

བྱེད་པ་པོར་གྱུར་མ་གྱུར་ནི་ལས་སུ་གྱུར་པ་དང་མ་གྱུར་པ་མི་བྱེད་དེ། འདིར་ཡང་ཡིན་  
དང་མ་ཡིན་གྱུར་ཅིག་ལ་ཞེས་པ་དང་། ལས་མེད་བྱེད་པ་པོར་ཡང་འགྱུར་ཞིང་ལས་ལ་  
སྐྱེ་མེད་པར་འགྱུར་ཞེས་གཏན་ཆོག་གས་གོང་དུ་བསྟན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ཐ་སྙད་དུ་ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་འཛོག་ཚུལ་)ནི། བྱ་བྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་བྱ་བྱེད་  
མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་འགྱུར་ཏེ།

བྱེད་པོ་ལས་བརྟེན་བྱས་ཤིང་། 1

ལས་ཀྱི་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་ལ། 1

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་གཏོགས་པ། 1



## འབྲུག་པའི་རྒྱ་ནི་མ་མཐོང་དོ། 1 72

བྱེད་པ་པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་ལས་ཀྱང་བྱེད་པ་པོ་དེ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བ་མ་  
གཏོགས་པ་འབྲུག་པའི་རྒྱ་ནི་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ (རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འད་སྤྱད་བ་) རྟོ།

དེ་བཞིན་ཉེར་ལེན་ཤེས་པར་བྱ། 1  
ལས་དང་བྱེད་པོ་བསལ་བྱིར་རོ། 1  
བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་དག་གིས། 1  
དངོས་པོ་ལྷག་མ་ཤེས་པར་བྱ། 1 73

དེ་བཞིན་དུ་ཉེར་ལེན་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ལས་དང་བྱེད་པ་  
པོ་རང་བཞིན་གྱིས་བསལ་བའི་ཕྱིར་རོ། 1 དངོས་པོ་ལྷག་མ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་  
མེད་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་དག་གི་རིགས་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བརྒྱད་པའོ། 11

བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བརྒྱད་པའོ། 11

རབ་བྱེད་དགུ་པ། སྤྲོ་རྩལ་ན་གནས་པ་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་དགུ་པ། སྤྲོ་རྩལ་ན་གནས་པ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དེས་དང་། སྤྲོ་བྱེད་དགུ་པ་  
པའོ། །

དང་པོ་(དེས་)ལ། རྩེད་པ་དང་། ལན་ནོ། །

དང་པོ་(རྩེད་པ་)ནི། དེ་བཞིན་ཉེར་ལེན་ཤེས་པར་བྱ་ཞེས་བཤད་པ་མི་འཐད་དེ།

ལྟ་དང་ཉན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། །

ཚོར་སོགས་དང་ཡང་དབང་བྱས་པ། །

གང་གི་ཡིན་པ་དེ་དག་གི། །

སྤྲོ་རྩལ་དེ་ཡོད་ཁ་ཅིག་སྤྲོ། ། ༡

ལྟ་བ་དང་ཉན་པ་ལ་སོགས་དང་ཚོར་སོགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ལེན་པ་པོ་གང་གི་སྤང་  
བྱ་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་སྤྲོ་རྩལ་ན་ལེན་པ་པོ་དེ་ཡོད་ཅེས་ཉན་ཐོས་སྤྲེ་པ་ཁ་ཅིག་ སྤྲོ་སྤྲོ།

དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །  
ལྟ་བུ་ལ་སོགས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་། །  
དེ་ཕྱིར་དེ་དག་སྒྲ་རོལ་ན། །  
དངོས་པོ་གནས་པ་དེ་ཡོད་དོ། ། 2

སྤང་བྱ་དེ་དག་གི་སྒྲ་རོལ་ན་ལེན་པ་པོའི་དངོས་པོ་གནས་པ་དེ་ཡོད་དེ། ལེན་པ་  
པོའི་དངོས་པོ་སྒྲ་རོལ་པ་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་སྤང་བྱར་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཏེ་  
མི་འབྱུང་བ་དེའི་ཕྱིར། སོགས་སྒྲ་མས་དབང་པོ་ལྷག་མ་དང་ཕྱི་མས་སེམས་བྱུང་ལྷག་  
མ་རྣམས་བསྐྱུས་ཡང་ནི་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་འདིར་གཏོགས་པར་ཡིད་ཆེས་པའི་དོན་ནོ་  
ཞེ་ན།

གཉིས་པ་(ལན་)ལ་གསུམ། ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་དགག། དེས་ཉེ་བར་སྤང་བྱའང་ཁེགས།  
ཚུད་པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། ལེན་པ་པོ་སྤང་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲ་རོལ་ན་  
ཡོད་པ་དགག། སྤང་བྱ་རེ་རེའི་སྒྲ་རོལ་ན་ཡོད་པ་དགག། སྤང་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲ་  
རོལ་ན་ཡོད་པའི་སྒྲ་བྱེད་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(ལེན་པ་པོ་སྤང་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲ་རོལ་ན་ཡོད་པ་དགག་པ་)ནི།

ལྷ་དང་ཉན་ལ་སོགས་པ་དང་། །  
ཚོར་བ་ལ་སོགས་ཉིད་ཀྱི་ནི། །  
སྤྱོད་ལ་དངོས་པོ་གང་གནས་པ། །  
དེ་ནི་གང་གིས་གདགས་པར་བྱ། ། ༣

ལེན་པ་པོའི་དངོས་པོ་གང་ཟག་དེ་ཚོས་ཅན། གང་གིས་གདགས་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་མེད་  
པར་ཐལ། ལྷ་བ་དང་ཉན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་ན་  
གནས་པའི་ཕྱིར།

ལྷ་བ་ལ་སོགས་མེད་པར་ཡང་། །  
གལ་ཏེ་དེ་ནི་གནས་སྐྱུར་ན། །  
དེ་མེད་པར་ཡང་དེ་དག་ནི། །  
ཡོད་པར་འབྱུང་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད། ། ༤

གང་ཟག་དེ་མེད་པར་ཡང་ལྷ་སོགས་དེ་དག་ནི་ཡོད་པར་འབྱུང་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་  
ཐལ། གལ་ཏེ་ལྷ་བ་ལ་སོགས་མེད་པར་ཡང་གང་ཟག་དེ་ནི་གནས་པར་འབྱུང་  
བའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ།

ཅི་ཡིས་གང་ཞིག་གསལ་བར་བྱེད། །  
གང་གིས་ཅི་ཞིག་གསལ་བར་བྱེད། །

ཅི་མེད་གང་ཞིག་ག་ལ་ཡོད། །  
གང་མེད་ཅི་ཞིག་ག་ལ་ཡོད། ། ༥

སྤང་བྱ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ལེན་པོ་གང་ཞིག་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། སྤང་བྱ་ཅི་ཡིས་  
ལེན་པོ་གང་ཞིག་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ལེན་པོ་གང་མེད་པར་སྤང་བྱ་ཅི་ཞིག་ག་ལ་  
ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། ལེན་པོ་གང་མེད་པར་སྤང་བྱ་ཅི་ཞིག་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ (སྤང་བྱ་རེ་རེའི་སྤྱོད་པ་ན་ཡོད་པ་དག་ག་པ་) ཞི།

ལྟ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །  
སྤྱོད་པ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་མིན། །  
ལྟ་སོགས་ནང་ནས་གཞན་ཞིག་གིས། །  
གཞན་གྱི་ཆོ་ན་གསལ་བར་བྱེད། ། ༦

ལྟ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ན་གང་ཟག་གང་ཞིག་ཡོད་མིན་གྱི་རེ་རེའི་སྤྱོད་  
པ་ན་ཡོད་ལ། ལྟ་སོགས་ཀྱི་ནང་ནས་ལྟ་བས་གང་ཟག་གསལ་བའི་ཆོ་དབང་པོ་  
གཞན་ཞིག་གིས་གསལ་བར་མི་བྱེད་པར་གཞན་གྱི་ཆོ་ན་གསལ་བར་བྱེད་པས་  
གདགས་གཞི་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན།

ལྟ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །  
སྤྱོད་པ་གང་ཡོད་མིན་ན། །

ལྷ་ལ་སོགས་པ་རེ་ཡི། །  
སྤྲོ་རྩལ་དེ་ནི་ཇི་ལྷ་རྩལ་ཡོད། ། ༧

གང་ཟག་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ལྷ་བ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་སྤྲོ་རྩལ་ན་ཇི་ལྷ་རྩལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་  
ཐལ། ལྷ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲོ་རྩལ་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ལྷ་པོ་དེ་ཉིད་ཉན་པོ་དེ། །  
གལ་ཏེ་ཆོར་བོ་འང་དེ་ཉིད་ན། །  
རེ་རེ་སྤྲོ་རྩལ་ཡོད་ཀྱང་ན། །  
དེ་ནི་དེ་ལྷ་རྩལ་མི་རིགས་སོ། ། ༨

དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཆོས་འདྲ། གལ་ཏེ་ལྷ་པོ་དེ་ཉིད་ཉན་པོ་དེ་ཆོར་བོ་འང་དེ་ཉིད་  
ཡིན་ན་རེ་རེ་སྤྲོ་རྩལ་ན་ཡོད་པར་འགྱུར་ན་འང་དེ་ལྷ་རྩལ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་ལྷ་པོ་གཞན་ཉིད་ལ། །  
ཉན་པོ་གཞན་ཆོར་གཞན་ན། །

གལ་ཏེ་ལྷ་བ་པོ་དང་ཉན་པོ་དང་ཆོར་བོ་དང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ལྷ་པོ་ཡོད་ཆེ་ཉན་པོར་འགྱུར། །  
བདག་ཀྱང་མང་པོ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ། ༩

ལྷ་པོ་ཡོད་ཆོ་ཉན་པོ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཞིང་། གང་ཟག་གཅིག་ལ་བདག་ཀྱང་མང་པོ་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། །

གསུམ་པ་(སྒྲང་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲ་རྩལ་ན་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དགག་པ་)ནི། བདག་དེ་ལྷ་བ་ལ་  
སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲ་རྩལ་ན་ཡོད་ཀྱང་གདགས་གཞི་མེད་པའི་སྒྲོན་མེད་དེ། ལྷ་  
བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་འབྱུང་བ་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བདག་དེ་ནི་ཆོས་ཅན།

ལྷ་དང་ཉན་ལ་སོགས་པ་དང་། །

ཆོར་བ་དག་ལ་སོགས་པ་ཡང་། །

གང་གི་ཡིན་པ་གལ་ཏེ་མེད། །

དེ་དག་ཀྱང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༡༠

ལྷ་བ་དང་ཉན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཆོར་བ་དག་ལ་སོགས་པ་ཡང་གང་ལས་སྐྱེ་བར་  
འགྱུར་བའི་འབྱུང་བཞི་དེ་ལ་འང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲ་ཕྱི་དང་ལྷན་  
ཅིག་ལ་བཀོད་པའི་ཉེས་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(དེས་ཉེ་བར་སྒྲང་བྱ་འང་ཞེགས་པ་)ནི། གལ་ཏེ་ལེན་པོ་བཀག་ཀྱང་སྒྲང་བྱ་རང་བཞིན་  
གྱིས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

ལྷ་དང་ཉན་ལ་སོགས་པ་དང་། །

ཆོར་བ་དག་ལ་སོགས་པ་ཡང་། །

གང་གི་ཡིན་པ་གལ་ཏེ་མེད། །

དེ་དག་ཀྱང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༡༡



ལྷ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ལྷ་བ་དང་  
ཉན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཚོར་བ་དག་ལ་སོགས་པ་ཡང་གང་གི་ཡིན་པའི་བདག་རང་  
བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(ཚོར་བ་སྤང་བ་)ནི།

གང་ཞིག་ལྷ་བ་སོགས་པ་ཡི། །

སྤྱོད་ལ་ད་ལྷ་ཕྱིན་མེད། །

དེ་ལ་ཡོད་དོ་མེད་དོ་ཞེས། །

རྟག་པ་དག་ནི་རྟོག་པར་འགྱུར། ། ༡༢

བདག་གང་ཞིག་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དོ་ཞེས་རྟག་པ་དག་ནི་རྟོག་  
པར་འགྱུར་ཏེ། ལྷ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་ལ་དང་ད་ལྷ་དང་ཕྱིན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
པའི་ཕྱིར། མེད་དོ་ཞེས་རྟོག་པ་དག་ནི་རྟོག་པར་འགྱུར་ཏེ། སྤང་བྱ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར།

སྤྱོད་ལ་ན་གནས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དགྲ་པའོ། །

སྤྱོད་ལ་ན་གནས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དགྲ་པའོ། །

རབ་བྱེད་བརྩ་པ། མེ་དང་བྱེད་ཤིང་བརྩ་ག་པ། .....

རབ་བྱེད་བརྩ་པ། མེ་དང་བྱེད་ཤིང་བརྩ་ག་པ།

གཉིས་པ་གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་ལ་གཉིས། དཔེ་  
དགག ། གཏན་ཚིགས་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(དཔེ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། མེ་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག ། རིགས་པ་དེ་  
གཞན་ལ་འད་སྐྱར། བཀག་པའི་དོན་དུ་ལྟ་བ་སྤྲད་པ་འོ། །

དང་པོ་(མེ་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། སྒྲར་མ་བཤད་པའི་རིགས་པས་  
དགག །སྒྲར་བཤད་པའི་རིགས་པས་དགག ། མཚུག་བསྐྱབ་པ་འོ། །

དང་པོ་(སྒྲར་མ་བཤད་པའི་རིགས་པས་དགག་པ་)ལ་གཉིས། རང་བཞིན་གཅིག་པ་དགག །རང་  
བཞིན་ཐ་དད་པ་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(རང་བཞིན་གཅིག་པ་དགག་པ་)ནི། ལེན་པ་པོ་དང་སྤང་བྱ་ལྟོས་པས་རང་བཞིན་གྱིས་  
མེད་པ་མི་འཐད་དེ། མེ་ཤིང་ལྟོས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་བཞིན་མོ་ཞེ་ན། དེ་གཉིས་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་གམ་ཐ་དད། དང་པོ་ལྟར་ན།

བྱད་ཤིང་གང་དེ་མེ་ཡིན་ན། །

བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་གཅིག་འགྱུར། །

བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བར་ཐལ། བྱད་ཤིང་གང་དེ་མེ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་  
གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རང་བཞིན་ཐ་དད་དགག་པ་)ལ་གཉིས། བསྐྱབ་བྱ་དགག། ། བསྐྱབ་བྱེད་དགག་  
པའོ། །

དང་པོ་(བསྐྱབ་བྱ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། མི་ལྟོས་པར་ཐལ་བ། མི་ཐུད་པར་ཐལ་བའོ། །

དང་པོ་(མི་ལྟོས་པར་ཐལ་བ་)ནི། གཉིས་པ་ལྟར་ན། མེ་ཆོས་ཅན།

གལ་ཏེ་ཤིང་ལས་མེ་གཞན་ན། །

ཤིང་མེད་པར་ཡང་འགྱུར་བར་འགྱུར། ། ༡

ཏྲག་ཏུ་འབར་བ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །

འབར་བྱེད་རྒྱ་ལས་མི་འབྱུང་ཞིང་། 1

ཚྭ་པ་དོན་མེད་ཉིད་དུ་འབྱུང་། 1

དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ལས་ཀྱང་མེད། 1 2

གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། 1

ཤིང་མེད་པར་ཡང་འབྱུང་བར་འབྱུང་ཞིང་རྟག་དུ་འབར་བ་ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་དང་། འབར་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ལས་མི་འབྱུང་ཞིང་ཚྭ་པ་དོན་མེད་ཉིད་དུ་འབྱུང་ལ། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ལས་བྱུང་ཤིང་ཡང་མེད་པ་དང་། གཞན་ཤིང་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་ཤིང་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་ཕྱིར་འབར་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཤིང་ལས་མི་འབྱུང་བར་ཐལ་ལོ། 1 འདོད་ན།

འབར་བར་བྱེད་རྒྱ་ལས་མི་འབྱུང་། 1

རྟག་དུ་འབར་བ་ཡིན་ན་ནི། 1

ཚྭ་པ་དོན་མེད་ཉིད་དུ་འབྱུང་། 1 3

རྟག་དུ་འབར་བ་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འབར་བ་གང་ཞིག 1 འབར་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ལས་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱུང་ཤིང་སྒྲིན་པོའི་ཚྭ་པ་དོན་མེད་ཉིད་དུ་འབྱུང་རོ། 1

དེ་ལ་གལ་ཏེ་འདི་སྟུང་དུ། 1

སྟག་བཞིན་བྱུང་ཤིང་ཡིན་སེམས་ན། 1

གང་ཆེ་དེ་ཙམ་དེ་ཡིན་ན། །  
གང་གིས་བྱད་ཤིང་དེ་སྟེག་བྱེད། ། ར

དེ་ལ་གལ་ཏེ་འདི་སྟུམ་དུ་སྟེག་བཞིན་པ་བྱད་ཤིང་ཡིན་པས་ཤིང་མེད་པར་འབྱུང་བའི་  
སྟོན་མེད་པར་སེམས་ན། མེ་གང་གིས་བྱད་ཤིང་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟེག་བྱེད་ མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། གང་གི་ཆེ་སྟེག་བཞིན་པ་དེ་ཙམ་དེ་བྱད་ཤིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(མི་སྤྲད་པ་ཐལ་བ་)ནི། མེ་ཆོས་ཅན།

གཞན་ཕྱིར་མི་སྤྲད་སྤྲད་མེད་ན། །

སྟེག་པར་མི་འབྱུང་མི་སྟེག་ན། །

འཆི་བར་མི་འབྱུང་མི་འཆི་ན། །

རང་རྟགས་དང་ཡང་ལྟན་པར་གནས། ། ལ

ཤིང་དང་མི་སྤྲད་པར་ཐལ། ཤིང་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྲད་པ་  
མེད་ན་ཤིང་སྟེག་པར་མི་འབྱུང་བར་ཐལ་ལོ། ། མི་སྟེག་ན་འཆི་བར་མི་འབྱུང་  
བར་ཐལ་ལོ། ། འདོད་ན། རང་རྟགས་འབར་བ་དང་ཡང་རྟག་ཏུ་ལྟན་པར་གནས་པར་  
ཐལ། འབར་བ་གང་ཞིག ། མི་འཆི་བའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་ཤིང་ལས་མེ་གཞན་ན། །

ཤིང་དང་ཕྱད་དུ་རུང་བར་འགྱུར། 1

ཇི་ལྟར་བྱད་མེད་སྐྱེས་པ་དང་། 1

སྐྱེས་པ་འང་བྱད་མེད་ཕྱད་པ་བཞིན། 1 6

ཇི་ལྟར་བྱད་མེད་སྐྱེས་པ་དང་སྐྱེས་པ་བྱད་མེད་དང་ཕྱད་པ་བཞིན་ནོ། གལ་ཏེ་ཤིང་ལས་  
མེ་གཞན་ཡིན་ཀྱང་ཤིང་དང་ཕྱད་པར་རུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་མེ་དང་ཤིང་དག་ནི། 1

གཅིག་གིས་གཅིག་ནི་བསལ་གྱུར་ན། 1

མེ་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཡིན་ཀྱང་ཕྱད་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ།

ཤིང་ལས་མེ་གཞན་ཉིད་ཡིན་ཡང་། 1

ཤིང་དང་ཕྱད་པར་འདོད་ལ་རག་། 2

གལ་ཏེ་མེ་དང་ཤིང་དག་ནི་གཅིག་གིས་གཅིག་ནི་བསལ་བར་འགྱུར་ན་ཤིང་ལས་མེ་  
གཞན་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་ཤིང་དང་ཕྱད་པར་འདོད་ལ་རག་ན། མེ་ཤིང་དེ་ལྟར་བྱ་མི་སྲིད་པའི་  
ཕྱིར།

གཉིས་པ་(སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་)ནི། མེ་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། ལྟོས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་ཤིང་ལྟོས་མེ་ཡིན་ལ། །  
གལ་ཏེ་མེ་ལྟོས་ཤིང་ཡིན་ན། །  
གང་ལྟོས་མེད་དང་ཤིང་འབྱུར་བ། །  
དང་པོར་གྲུབ་པ་གང་ཞིག་ཡིན། ། ༤

གལ་ཏེ་ཤིང་ལ་ལྟོས་ནས་མི་འཛོག་པ་ཡིན་ལ།   གལ་ཏེ་མེ་ལ་ལྟོས་ནས་ཤིང་འཛོག་  
པ་ཡིན་ན་གང་ལ་ལྟོས་ནས་མེ་དང་ཤིང་གྲུབ་པར་འབྱུར་བ་དང་པོར་གྲུབ་པ་གང་ཞིག་  
ཡིན།

གལ་ཏེ་ཤིང་ལྟོས་མེ་ཡིན་ན། །  
མེ་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པར་འབྱུར། །  
བྱད་པར་བྱ་བའི་ཤིང་ལ་ཡང་། །  
མེ་མེད་པར་ནི་འབྱུར་བ་ཡིན། ། ༥

གལ་ཏེ་ཤིང་སྐྱར་གྲུབ་པ་ལ་ལྟོས་ནས་མེ་གྲུབ་པ་ཡིན་ན།   མེ་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱར་ཡང་  
སྐྱབ་པར་འབྱུར་ཞིང་བྱད་པར་བྱ་བའི་ཤིང་ལ་ཡང་མེ་མེད་པར་ནི་འབྱུར་བ་ཡིན་པར་ཐལ།  
ཤིང་སྐྱར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ།   མེ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར།   གལ་ཏེ་མེ་ཤིང་དུས་གཅིག་  
ཏུ་གྲུབ་པས་སྐྱོན་མེད་དོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་གང་ལྟོས་འབྱུབ། །



དེ་ཉིད་ལ་ཡང་སྟོས་ནས་ནི། །  
སྟོས་བྱ་གང་ཡིན་དེ་འབྱུང་ན། །  
གང་ལ་སྟོས་ནས་གང་ཞིག་འབྱུང། ། ༡༠

མེ་ཤིང་གཉིས་གང་ལ་སྟོས་ནས་གང་ཞིག་འབྱུང་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཐལ།  
གལ་ཏེ་ཤིང་གི་དངོས་པོ་གང་ལ་སྟོས་ནས་བྱུང་པའི་མེ་དེ་ཉིད་ལ་ཡང་སྟོས་ནས་ནི་  
སྟོས་བྱ་ཤིང་གང་ཡིན་པ་དེ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་མེ་བྱུང་བམ་མ་བྱུང། མ་བྱུང་  
ན།

དངོས་པོ་སྟོས་བྱུང་གང་ཡིན་པ། །  
དེ་མ་བྱུང་ནི་ཇི་ལྟར་སྟོས། །

ཤིང་གི་དངོས་པོ་ལ་སྟོས་ནས་བྱུང་པའི་མེ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ཤིང་ལ་ཇི་ལྟར་  
སྟོས་ཏེ་མི་སྟོས་པར་ཐལ། མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ཅི་སྟེ་བྱུང་པ་སྟོས་ཤེ་ན། །  
ཅི་སྟེ་བྱུང་པ་སྟོས་སོ་ཞེ་ན།  
དེ་ནི་སྟོས་པ་མི་རིགས་སོ། ། ༡༡

དེ་ནི་ཚུལ་ཅན། ཤིང་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོས་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
མེ་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ།

ཤིང་ལ་སྟོས་པའི་མེ་མེད་དེ། །  
ཤིང་ལ་མ་སྟོས་མེ་ཡང་མེད། །  
མེ་ལ་སྟོས་པའི་ཤིང་མེད་དེ། །  
མེ་ལ་མ་སྟོས་ཤིང་ཡང་མེད། ། ༡༢

ཤིང་ལ་སྟོས་པའི་མེ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཤིང་ལ་མ་སྟོས་པའི་མེ་ཡང་མེད། མེ་ལ་  
སྟོས་པའི་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད། མེ་ལ་མ་སྟོས་པའི་བྱད་ཤིང་མེད་པའི་ཕྱིར། མེ་  
ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། མེས་བྱད་ཤིང་སྟེག་པར་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

མེ་ནི་གཞན་ལས་མི་འོང་སྟེ། །  
ཤིང་ལ་རང་མེ་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །

མེ་ནི་ཤིང་མེད་པར་གཞན་ལས་མི་འོང་སྟེ། ཤིང་མེད་པར་འོང་བ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།  
ཤིང་ལ་རང་མེ་ནི་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། དེ་ལ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (སྐར་བཤད་པའི་རིགས་པའི་དགག་པ་) ཉི།

དེ་བཞིན་ཤིང་གི་ལྷག་མ་ནི། 1  
སོང་དང་མ་སོང་བགོམ་པས་བསྟན། 1 73

དེ་བཞིན་དུ་མེ་དང་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་རིགས་པ་ལྷག་མ་ནི་སོང་བ་དང་མ་  
སོང་བ་དང་བགོམ་པ་ལ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པས་  
བསྟན་ཏེ། དེ་ཤིག་བསྐྱེད་པ་ལ་མི་སྐྱེད་སྟེ། ཞེས་སོགས་འདོན་པ་བསྒྱུར་ནས་དགག་  
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། 1

གསུམ་པ་(འཇུག་བསྐྱེད་བ་)ནི།

ཤིང་ཉིད་མེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། 1  
ཤིང་ལས་གཞན་ལ་མེ་ཡང་མེད། 1  
མེ་ནི་ཤིང་དང་ལྡན་མ་ཡིན། 1  
མེ་ལ་ཤིང་མེད་དེར་དེ་མེད། 1 74

ཤིང་ཉིད་མེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤིང་ལས་  
གཞན་ལ་མེ་ཡང་མེད་དེ། ཤིང་མེད་པར་མེ་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། མེ་ནི་ཤིང་དང་རང་  
བཞིན་གྱིས་ལྡན་པ་མ་ཡིན། མེ་ལ་ཤིང་དང་ཤིང་དེར་མེ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་བརྟེན་པ་  
མེད་དེ། མེ་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་དང་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འདྲ་སྒྲུབ་བ་)ནི།

མེ་དང་ཤིང་གིས་བདག་དང་ནི། 1  
ཉེ་བར་ལེན་པའི་རིམ་པ་ཀུན། 1  
བུམ་སྒྲུམ་སོགས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། 1  
མ་ལུས་པར་ནི་རྣམ་པར་བཤད། 1 75

བདག་དང་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རིམ་པ་ཀུན་ཆོས་ཅན། བུམ་སྒྲུམ་སོགས་དང་ལྷན་ཅིག་  
ཏུ་མ་ལུས་པར་ནི་རང་བཞིན་མེད་པར་རྣམ་པར་བཤད་དེ། མེ་དང་ཤིང་རང་བཞིན་མེད་  
པར་སྒྲུབ་པའི་རིགས་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ (བཀག་པའི་དོན་སྒྲུབ་པ་) ནི།

གང་དག་བདག་དང་དངོས་པོ་རྣམས། 1  
དེ་བཅས་ཉིད་དང་ཐ་དད་པར། 1  
སྟོན་པ་དེ་དག་བསྟན་དོན་ལ། 1  
མཁས་སོ་སྒྲུམ་དུ་མི་སེམས་སོ། 1 76

དངོས་སྒྲུབ་བ་གང་དག་ཆོས་ཅན། བསྟན་པའི་དོན་ལ་མཁས་སོ་སྒྲུམ་དུ་ཁྱུ་སྒྲུབ་མི་  
སེམས་ཏེ། བདག་དང་དངོས་པོ་རྣམས་དེ་བཅས་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་པ་ཉིད་དང་ཐ་  
དད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

མེ་དང་བྱུང་ཤིང་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་པ་འོ། །

མེ་དང་བྱུང་ཤིང་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་པ་འོ། །

རབ་བྱེད་བཅུ་གཅིག་པ། སྟོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་བཅུ་གཅིག་པ། སྟོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་རྟགས་དགག་པ་ལ་གཉིས། སྟེ་འཆིའི་  
བྱ་བ་ཡོད་པའི་རྟགས་དགག་ ། སྟུག་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་རྟགས་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(སྟེ་འཆིའི་བྱ་བ་ཡོད་པའི་རྟགས་དགག་པ་)ལ་གཉིས། འཁོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་  
དགག་ ། རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འང་སྐྱར་བའོ། །

དང་པོ་(འཁོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་  
གསུམ་གྱི་ཆ་དགག་ ། སྟེ་འཆིའི་ལ་སྟེ་ཕྱི་མའི་ཆ་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གྱི་ཆ་དགག་པ་)ནི། བདག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ།  
འཁོར་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

སྤྲོན་མཐའ་མངོན་ནམ་ཞེས་ཞུས་ཆོ། །  
 ཐུབ་པ་ཆེན་པོས་མིན་ཞེས་གསུངས། །  
 འཁོར་བ་ཐོག་མ་མཐའ་མེད་དེ། །  
 དེ་ལ་སྤྲོན་མེད་ཕྱི་མ་མེད། ། ༡

འཁོར་བ་དེ་ཆོས་ཅན། སྤྲོན་དང་ཕྱི་མ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་ རང་  
 བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱུ་གས་བྱེད་ལ་སོགས་པས་འཁོར་བའི་སྤྲོན་གྱིས་  
 མཐའ་མངོན་ནམ་ཞེས་ཞུས་པའི་ཆོ་ཐུབ་པ་ཆེན་པོས་མངོན་པ་མིན་ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན་དབུས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

གང་ལ་ཐོག་མེད་མཐའ་མེད་པར། །  
 དེ་ལ་དབུས་ནི་ག་ལ་ཡོད། །

དེ་ལ་ཆོས་ཅན། དབུས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། བྱོད་གང་ལ་  
 ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(སྤྱི་འཆིལ་སྤྱི་ཕྱི་ལྷན་ཅིག་པའི་ཆ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། བསྟན་བཤད་བསྟུན། །

དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི།

དེ་ཕྱིར་དེ་ལ་སྒྲ་ཕྱི་དང་། 1

ལྷན་ཅིག་རིམ་པ་མི་འབྲད་དོ། 1 2

དེ་ལ་ཆོས་ཅན། སྐྱེ་འཆི་འི་སྒྲ་ཕྱི་དང་ལྷན་ཅིག་གིས་རིམ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འབྲད་  
དེ། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དེ་འི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གཉིས། སྒྲ་ཕྱི་བ་དགག་། ཏུས་མཉམ་པ་དགག་པ་འོ། 1

དང་པོ་(སྒྲ་ཕྱི་བ་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་སྒྲ་གྱུར་ལ། 1

ཆ་ཤི་ཕྱི་མ་ཡིན་ན་ནི། 1

སྐྱེ་བ་ཆ་ཤི་མེད་པ་དང་། 1

མ་ཤི་བར་ཡང་སྐྱེ་བར་འགྱུར། 1 2

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་སྒྲ་གྱུར་ལ་ཆ་ཤི་ཕྱི་མ་ཡིན་ན་ནི་སྐྱེ་བའི་སྔོན་དུ་ཆ་ཤི་སོང་བ་མེད་པ་དང་  
ཆོ་སྒྲ་མ་མ་ཤི་བར་ཡང་འདྲིར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ་འོ། 1

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་ཕྱི་འགྱུར་ལ། 1



ཆ་ཤི་སྒྲ་བ་ཡིན་ན་ནི། 1  
 སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཆ་ཤི་ནི། 1  
 སྐྱེ་མེད་པར་ནི་ཇི་ལྟར་འགྱུར། 1 ར

གཤམ་ཏེ་སྐྱེ་བ་ཕྱི་བར་འགྱུར་ལ་ཆ་ཤི་སྒྲ་བ་ཡིན་ན་ནི། ཆ་ཤི་ནི་ཆོས་ཅན། སྐྱེ་མེད་པར་  
 ཐལ། སྐྱེ་བ་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྐྱེ་མེད་དུ་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་མི་  
 འགྱུར་བར་ཐལ། སྐྱེ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་བྱུང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(དུས་མཉམ་པ་དགག་པ་)ནི།

སྐྱེ་བ་དང་ནི་ཆ་ཤི་དག 1  
 ལྷན་ཅིག་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། 1  
 སྐྱེ་བཞིན་པ་ནི་འཆི་འགྱུར་ཞིང་། 1  
 གཉིས་ཀ་སྐྱེ་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར། 1 ལ

སྐྱེ་བ་དང་ནི་ཆ་ཤི་དག་ལྷན་ཅིག་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན། སྐྱེ་  
 བཞིན་པ་ནི་འཆི་བར་འགྱུར་ཞིང་སྐྱེ་འཆི་གཉིས་ཀ་སྐྱེ་མེད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(བསྐྱུ་བ་)ནི།

གང་ལ་སྲ་ཕྱི་ལྷན་ཅིག་གི།  
རིམ་པ་དེ་དག་མི་སྲིད་པའི།  
སྐྱེ་བ་དེ་དང་ཆ་ཤི་དེ།  
ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་སྤྱོ་བར་བྱེད། ༦

སྐྱེ་བ་དེ་དང་ཆ་ཤི་དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་ཅིའི་ཕྱིར་ན་སྤྱོ་བར་བྱེད་མི་  
རིགས་པར་ཐལ། བྱོད་གང་ལ་སྲ་ཕྱི་དང་ལྷན་ཅིག་གི་རིམ་པ་དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་  
མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འང་སྐྱར་བ་)ནི།

འཁོར་བ་འབའ་ཞིག་སྤྱོན་གྱི་མཐའ།  
ཡོད་མ་ཡིན་པར་མ་བཟད་གྱི།  
རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཉིད་དང་ནི།  
མཚན་ཉིད་དང་ནི་མཚན་གཞི་ཉིད། ༧  
ཆོར་དང་ཆོར་པོ་ཉིད་དང་ནི།  
དོན་ཡོད་གང་དག་ཅི་ཡང་རུང་།  
དངོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཉིད་ལ་ཡང་།  
སྤྱོན་གྱི་མཐའ་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ༨

འཁོར་བ་འབའ་ཞིག་སྟོན་གྱི་མཐའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་མ་ཟད་དེ། རྒྱ་དང་འབྲས་  
བུ་ཉིད་དང་ནི་མཚན་ཉིད་དང་ནི་མཚན་གཞི་ཉིད་དང་ཚོར་དང་ཚོར་པོ་ཉིད་དང་ནི་དོན་ཡོད་  
གང་དག་ཅི་ཡང་རུང་དངོས་པོ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཉིད་ལ་ཡང་སྟོན་གྱི་མཐའ་ནི་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ༡

སྟོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་གཅིག་པའོ། ༥

སྟོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་གཅིག་པའོ། ༥

རབ་བྱེད་བརྩ་གཉིས་པ། བདག་དང་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་བརྩ་གཉིས་པ། བདག་གིས་བྱས་པ་དང་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་སྟུག་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་རྟགས་དགག་པ་ལ་གཉིས། དེས་དང་། རིགས་པ་  
དེ་གཞན་ལ་འད་སྐྱེད་བའོ། །

དང་པོ་(དེས་)ལ་གཉིས། དམ་བཅའ་གཞག ། སྟུག་བྱེད་བརྟན་པའོ། །

དང་པོ་(དམ་བཅའ་གཞག་པ་)ནི། བདག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྟུག་  
བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ཁ་ཅིག་སྟུག་བསྐྱེད་བདག་གིས་བྱས། །

གཞན་གྱིས་བྱས་དང་གཉིགས་བྱས། །

རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྱུང་བར་འདོད། །

དེ་ནི་བྱ་བར་མི་རུང་ངོ། ། ༡

ཁ་ཅིག་སྤྱག་བསྐྱེལ་བདག་གིས་བྱས་པ་དང་། གཞན་གྱིས་བྱས་པ་དང་གཉིས་ཀས་  
བྱས་པ་དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྱུང་བར་འདོད་པ་དེ་ནི་བྱ་བར་མི་རུང་ངོ། །

གཉིས་པ་(སྤྱབ་བྱེད་བསྐྱེལ་པ་)ལ་གཉིས། རང་གཞན་རེ་རེས་བྱས་པ་དགག། ། གཉིས་  
ཀས་བྱས་པ་དང་རྒྱ་མེད་དུ་སྒྲིབ་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(རང་གཞན་རེ་རེས་བྱས་པ་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་བདག་གིས་བྱས་ཐུང་ན། །  
དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་མི་འགྱུར། །  
གང་ཕྱིར་སྤང་པོ་འདི་དག་ལ། །  
བརྟེན་ནས་སྤང་པོ་དེ་དག་འབྱུང་། ། ༢

གལ་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་བདག་གིས་བྱས་པར་གྱུར་ན། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་རྒྱེན་  
ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་ལུས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་  
འཆི་བའི་དུས་ཀྱི་སྤང་པོ་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱེ་བའི་ཆར་གཏོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་དེ་དག་  
འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་གྱིས་མ་  
བྱས་པར་ཐལ།

གལ་ཏེ་འདི་ལས་དེ་གཞན་ཞིང་། 1

གལ་ཏེ་དེ་ལས་འདི་གཞན་ན། 1

སྟུག་བསྐྱལ་གཞན་གྱིས་བྱས་འབྱུང་ཞིང་། 1

གཞན་དེ་དག་གིས་དེ་བྱས་འབྱུང་། 1 3

གལ་ཏེ་འཆི་བའི་སྤང་པོ་འདི་ལས་སྟེ་བའི་སྤང་པོ་དེ་གཞན་ཡིན་ཞིང་གལ་ཏེ་སྟེ་བའི་སྤང་  
པོ་དེ་ལས་འཆི་བའི་སྤང་པོ་འདི་གཞན་ཡིན་ན་འཆི་བའི་སྤང་པོ་གཞན་དེ་དག་གིས་སྟེ་  
བའི་སྤང་པོ་དེ་བྱས་པར་འབྱུང་བས་སྟུག་བསྐྱལ་གཞན་གྱིས་བྱས་པར་འབྱུང་ཡང་དེ་  
གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་གང་ཟག་བདག་གིས་ནི། 1

སྟུག་བསྐྱལ་བྱས་ན་.....། 1

གལ་ཏེ་གང་ཟག་བདག་གིས་ནི་སྟུག་བསྐྱལ་བྱས་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་  
བྱས་པས་སྟོན་མེད་དོ་ཞེ་ན།

.....གང་བདག་གིས། 1

སྟུག་བསྐྱལ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ནི། 1

སྟུག་བསྐྱལ་མ་གཏོགས་གང་ཞིག་ཡིན། 1 ༥

གང་བདག་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་བྱས་པའི་གང་ཟག་དེ་ཆོས་ཅན། སྤྱག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་  
གྱིས་མ་བྱས་པར་ཐལ། སྤྱག་བསྐྱེད་མ་གཏོགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་གང་ཟག་གཞན་ལས་ནི། 1

སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་ན་གཞན་ཞིག་གིས། 1

སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་བྱས་གང་སྤྱིན་དེ། 1

སྤྱག་བསྐྱེད་མ་གཏོགས་དེ་ལྟར་རུང་། 1 ཡ

གལ་ཏེ་མིའི་གང་ཟག་གཞན་ལས་ནི་ལྟའི་སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་ན་མིས་ལྟ་ལ་སྤྱག་  
བསྐྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟེར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མི་གཞན་ཞིག་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་  
བྱས་ནས། གང་མ་སྤྱིན་པའི་ལྟ་དེ་སྤྱག་བསྐྱེད་མ་གཏོགས་པ་ཇི་ལྟར་རུང་བ་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་དང་།

གལ་ཏེ་གང་ཟག་གཞན་སྤྱག་བསྐྱེད། 1

འབྱུང་ན་གང་གིས་དེ་བྱས་ནས། 1

གཞན་ལ་སྟེར་བའི་གང་ཟག་གཞན། 1

སྤྱག་བསྐྱེད་མ་གཏོགས་གང་ཞིག་ཡིན། 1 ར

གལ་ཏེ་མིའི་གང་ཟག་གཞན་ལས་ལྟའི་སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་ན་གང་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་  
བྱས་ནས་གཞན་ལ་སྟེར་བའི་གང་ཟག་གཞན་མི་དེ་སྤྱག་བསྐྱེད་མ་གཏོགས་གང་ཞིག་  
ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།



བདག་གིས་བྱས་པར་མ་གྲུབ་པས། །

སྟུག་བསྐྱལ་གཞན་གྱིས་ག་ལ་བྱས། །

གཞན་གྱིས་སྟུག་བསྐྱལ་གང་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་དེ་ཡི་བདག་བྱས་འགྱུར། ། ༧

སྟུག་བསྐྱལ་ཆོས་ཅན།   གཞན་གྱིས་ག་ལ་བྱས་ཏེ་མ་བྱས་པར་ཐལ།   བདག་གིས་  
བྱས་པར་མ་གྲུབ་པས་སོ། །   ཁྱབ་སྟེ།   གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐྱལ་གང་བྱེད་པ་དེ་ནི་གང་  
ཟག་དེའི་བདག་གིས་བྱས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

རེ་ཞིག་སྟུག་བསྐྱལ་བདག་བྱས་མིན། །

དེ་ཉིད་གྱིས་ནི་དེ་མ་བྱས། །

གལ་ཏེ་གཞན་བདག་མ་བྱས་ན། །

སྟུག་བསྐྱལ་གཞན་བྱས་ག་ལ་འགྱུར། ། ༨

རེ་ཞིག་སྟུག་བསྐྱལ་བདག་གིས་བྱས་པ་མིན་ཏེ།   སྟུག་བསྐྱལ་དེ་ཉིད་གྱིས་ནི་དེ་མ་  
བྱས་པའི་ཕྱིར།   སྟུག་བསྐྱལ་ཆོས་ཅན།   རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་གྱིས་བྱས་པར་ག་ལ་  
འགྱུར་ཏེ།   གལ་ཏེ་གཞན་དེ་བདག་གིས་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (གཉིས་ཀས་བྱས་པ་དང་རྒྱ་མེད་དུ་སྒྲིབ་དགག་པ་) རྟེ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན།

གལ་ཏེ་རེ་རེས་བྱས་གྱུར་ན། །

སྤྱག་བསྐྱེད་གཉིས་ཀས་བྱས་པར་འགྱུར། །

བདག་གིས་མ་བྱས་གཞན་མ་བྱས། །

སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་མེད་གལ་འགྱུར། ། ༩

བདག་གཞན་གཉིས་ཀས་མ་བྱས་ཏེ། གལ་ཏེ་བདག་གཞན་རེ་རེས་བྱས་པར་གྱུར་ན་  
 གཉིས་ཀས་བྱས་པར་འགྱུར་ཡང་བདག་གིས་མ་བྱས་གཞན་གྱིས་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར།  
 སྤྱག་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། རྒྱ་མེད་དུ་གལ་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། རེས་འགའ་སྤྱི་  
 བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འད་སྤྱད་པ་) རྟེ།

སྤྱག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་རྣམ་པ་བཞི། །

ཡོད་མ་ཡིན་པར་མ་བཟད་ཀྱི། །

ཕྱི་རོལ་དངོས་པོ་དག་ལ་ཡང་། །

རྣམ་པ་བཞི་པོ་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༡༠

སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་མ་ཟད་གྱི་སྤྱི་  
 རོལ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དག་ལ་ཡང་ཆོས་ཅན། བདག་གཞན་རེ་རེ་བ་དང་གཉིས་ཀ་  
 དང་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་རྣམ་པ་བཞི་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལས་སྐྱེ་བ་སྤྱར་གྱི་  
 རིགས་པས་ཁེགས་པའི་སྤྱིར།

བདག་གིས་བྱས་པ་དང་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་  
 གཉིས་པའོ། །

བདག་གིས་བྱས་པ་དང་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་  
 གཉིས་པའོ། །

རབ་བྱེད་བརྩ་གསུམ་པ། འདུ་བྱེད་བརྩ་ག་པ། .....

རབ་བྱེད་བརྩ་གསུམ་པ། འདུ་བྱེད་བརྩ་ག་པ།

གཉིས་པ་དངོས་པོ་ཅམ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་།  
སྐྱབ་བྱེད་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གསུམ། གཞན་ལ་གྲགས་པའི་ལུང་གིས་སྐྱབ། རྩོད་པ་སྤང་བ། ལུང་  
དོན་གཞན་དུ་འཆད་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(གཞན་ལ་གྲགས་པའི་ལུང་གིས་སྐྱབ་པ་)ནི།

བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ཆོས་གང་ཞིག །

སྐྱབ་དེ་ནི་བརྟན་ཞེས་གསུངས། །

འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་པའི་ཆོས། །

དེས་ན་དེ་དག་བརྟན་པ་ཡིན། ། ༡

འདུ་བྱེད་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཅན། རྟན་པ་ཡིན་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ཆོས་  
གང་གིས་སྐྱབ་དེ་ནི་རྟན་ཞེས་གསུངས་ལ་བྱོད་སྐྱབ་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ཚུད་པ་སྤང་བ་)ནི། གལ་ཏེ་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་རྩོན་པ་ཡིན་ན། དོན་བྱེད་ནུས་པ་  
མེད་པས་སྐྱུར་འདེབས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་སྤྱི་ཚོས་གང་ཡིན་པ། 1

དེ་བརྩོན་དེ་ལ་ཅི་ཞིག་སྤྱི། 1

ཚོས་གང་སྤྱི་བ་དེ་རྩོན་པར་བསྟན་པ་དེ་ལ་སྐྱུར་བ་བཏང་ནས་ཅི་ཞིག་སྤྱི་སྤྱི་མི་སྤྱི་བར་  
ཐལ། ཡོད་པ་གང་ཡང་མེད་པར་མ་སྤྱིས་པའི་བྱིར། འོ་ན། དངོས་པོ་མེད་པར་མ་བསྟན་  
ན་ཅི་སྟོན་ཞེ་ན།

བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དེ་གསུངས་པ། 1

སྟོང་ཉིད་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན། 1 2

བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་འདུ་བྱེད་རྩོན་པ་དེ་གསུངས་པ་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་མེད་པར་  
བསྟན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཉིད་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་(ལུང་དོན་གཞན་དུ་འཆད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། ལུང་དོན་གཞན་དུ་འཆད་ཚུལ་  
དང་། དེའི་སྐྱུབ་བྱེད་དགག་པའོ། 1

དང་པོ་(ལུང་དོན་གཞན་དུ་འཆད་ཚུལ་)ནི། ཉན་ཐོས་སྒྲེ་པ་ན་རེ། ལུང་གི་དོན་ནི།

དངོས་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་དེ། །

གཞན་དུ་འགྱུར་བ་སྒྲུང་བྱིར་རོ། །

དངོས་པོ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་མེད། །

གང་བྱིར་དངོས་རྣམས་སྟོང་པ་ཉིད། ། ༣

དངོས་པོ་རྣམས་རྟག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་དེ། གཞན་དུ་འགྱུར་བར་སྒྲུང་བའི་བྱིར་རོ།  
དངོས་པོ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་མེད་དེ། གང་གི་བྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་པ་  
ཉིད་འདོད་དགོས་པའི་བྱིར།

གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ན། །

གཞན་དུ་འགྱུར་བ་གང་གི་ཡིན། །

གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ན་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་གང་གི་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རྟོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་དགག་པ་)ལ་གཉིས། གཞན་འགྱུར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་  
བྱེད་དགག། སྟོང་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དགག་པ་རོ། །

དང་པོ་(གཞན་འགྱུར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དགག་པ་)ནི། དངོས་པོ་ཆོས་ཅན།

གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ན། །

ཇི་ལྟར་བྱུང་ན་གཞན་དུ་འགྱུར། ། ར

ཇི་ལྟར་བྱུང་ན་གཞན་དུ་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར།

དེ་ཉིད་ལ་ནི་གཞན་འགྱུར་མེད། །

གཞན་ཉིད་ལ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

གང་ཕྱིར་གཞོན་ནུ་མི་རྒྱེ། །

གང་ཕྱིར་རྒྱས་པ་འང་མི་རྒྱེ། ། ལ

སྒྲུབ་གྱིས་གནས་སྒྲུབས་དེ་ཉིད་ལ་ནི་གཞན་འགྱུར་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་གཞོན་ནུ་རང་  
བཞིན་གྱིས་མི་རྒྱ་བའི་ཕྱིར། གཞན་ཉིད་ལ་ཡང་རྒྱས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་རྒྱས་པ་འང་སྒྲུབ་མི་རྒྱ་བའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་གཞན་འགྱུར་ན། །

འོ་མ་ཉིད་ནི་ཞོར་འགྱུར་རོ། །



གལ་ཏེ་གཞོན་ཅུ་དེ་ཉིད་གཞན་དུ་འགྱུར་ན་འོ་མ་ཉིད་ནི་ཞོར་འགྱུར་རོ། ། འོ་མ་འི་གནས་  
སྐབས་བཏང་ནས་ཞོར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་ལས་གཞན་གང་ཞིག་ནི། །  
ཞོ་ཡི་དངོས་པོ་ཡིན་པར་འགྱུར། ། ༤

དེའང་མི་འཐད་དེ། འོ་མ་ལས་གཞན་གང་ཞིག་ནི་ཞོ་འི་དངོས་པོ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་མི་  
སྲིད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (སྟོང་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་དགག་པ་) ནི།  
གལ་ཏེ་སྟོང་མིན་ཅུང་ཟད་ཡོད། །  
སྟོང་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་འགྱུར། །  
མི་སྟོང་ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །  
སྟོང་པ་ཡོད་པར་གལ་འགྱུར། ། ༥

སྟོང་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་གལ་འགྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་སྟོང་མིན་ཅུང་ཟད་ཡོད་ན་སྟོང་  
པ་འང་ཅུང་ཟད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འགྱུར་ཡང་མི་སྟོང་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་མིན་པའི་  
ཕྱིར། གལ་ཏེ་བཙམ་ལྡན་འདས་གྱིས་གདུལ་བྱ་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྟོང་ཉིད་གསུངས་  
ལ་ཁྱོད་གྱིས་སྟོང་ཉིད་སྤངས་པས་ཁྱོད་དང་བཅུད་པས་ཆོག་གོ་ཞེ་ན།

རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད། །  
ལྷ་ཀྱན་ངེས་པར་འབྱུང་བར་གསུངས། །  
གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ལྷ་བ། །  
དེད་ག་བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་གསུངས། ། ༤

གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་ལྷ་བ་དེ་དག་བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་  
གསུངས་ཏེ། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བས་བདེན་འཛིན་ཀྱན་ལས་ངེས་  
པར་འབྱུང་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

འདུ་བྱེད་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་གསུམ་པའོ། །

འདུ་བྱེད་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་གསུམ་པའོ། །

རབ་བྱེད་བརྩ་བཞི་པ། སྤང་པ་བརྟག་པ། .....

རབ་བྱེད་བརྩ་བཞི་པ། སྤང་པ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་ལ་གསུམ། སྤང་པ་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག། ༡ རྒྱ་རྒྱེན་ཉེ་བར་ལེན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་  
དགག། ༢ བཅིངས་ཐར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པའོ། ༣

དང་པོ་(སྤང་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། དངོས་དང་། དེས་སྤང་བཞིན་པའང་  
ཁེགས་པར་བསྟན་པའོ། ༡

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གཉིས། དམ་བཅའ་དགག་པ་དང་། སྐྱབ་བྱེད་དགག་པའོ། ༢

དང་པོ་(དམ་བཅའ་དགག་པ་)ནི། སྤང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། ལྷན་ཅིག་  
ཏུ་སྤང་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

བཏུ་བྱ་ལྷ་བཏུ་བ་པོ། ༡

གསུམ་པོ་དེ་དག་གཉིས་གཉིས་དང་། ༢

ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནི་ཕན་ཚུན་དུ། ༣

## ཕྱད་པར་འགྱུར་བ་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༡

བཏུ་བྱ་དང་ཏུ་བ་དང་ཏུ་བ་པོ་གསུམ་པོ་དེ་དག་གཉིས་གཉིས་དང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
ནི་ཕན་ཚུན་དུ་ཕྱད་པར་འགྱུར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དང་། །

ཆགས་པར་བྱ་བ་ཉོན་མོངས་པ། །

ལྷག་མ་རྣམས་དང་སྦྱེ་མཆེད་ཀྱི། །

ལྷག་མ་རང་རྣམ་པ་གསུམ་ཉིད་ཀྱིས། ། ༢

དེ་བཞིན་དུ་འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་པོ་དང་ཆགས་པར་བྱ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་  
ལྷག་མ་རྣམས་དང་། སྦྱེ་མཆེད་ཀྱི་ལྷག་མ་རང་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཕྱད་པ་རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(སྦྱབ་བྱེད་དགག་པ་)ལ་གཉིས། གཞན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པས་ཕྱད་པ་དགག་  
། གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ་བརྟགས་ནས་ཕྱད་པ་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(གཞན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པས་ཕྱད་པ་དགག་པ་)ནི།

གཞན་དང་གཞན་དུ་ཕྱད་འགྱུར་ན། །

གང་ཕྱིར་བཏུ་བྱ་ལ་སོགས་ལ། 1

གཞན་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། 1

དེ་ཕྱིར་ཕྱད་པར་མི་འགྱུར་རོ། 3

བཏུ་བྱ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་ཕྱད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རང་  
བཞིན་གྱིས་ཕྱད་པར་འགྱུར་ན་གཞན་དང་གཞན་དུ་ཡོད་པ་གང་ཞིག ། གང་གི་ཕྱིར་རང་  
བཞིན་གྱིས་གཞན་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར།

བཏུ་བྱ་ལ་སོགས་འབའ་ཞིག་ལ། 1

གཞན་ཉིད་མེད་པར་མ་ཟད་གྱི། 1

གང་ཡང་གང་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། 1

གཞན་པ་ཉིད་དུ་མི་འབྲད་དོ། 1 ལ

བཏུ་བྱ་ལ་སོགས་པ་འབའ་ཞིག་ལ་གཞན་ཉིད་མེད་པར་མ་ཟད་གྱི་བུམ་སྒྲུམ་གང་དང་  
གང་ཡང་ཆོས་ཅན། ལྷན་ཅིག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཕྱད་པ་མེད་དེ། རང་བཞིན་གྱིས་  
གཞན་པ་ཉིད་དུ་ནི་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར།

གཞན་ནི་གཞན་ལ་བརྟེན་ཏེ་གཞན། 1

གཞན་མེད་པར་གཞན་གཞན་མི་འགྱུར། 1

གང་ལ་བརྟེན་ཏེ་གང་ཡིན་པ། 1

## དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་མི་འཐད། ། ༥

གང་ལ་བརྟེན་ཏེ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྟེན་ས་དེ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་དུ་མི་འཐད་དེ།  
 གཞན་བུམ་པ་ནི་གཞན་སྒྲུལ་བུ་ལ་བརྟེན་ཏེ་གཞན་ཡིན་གྱི་གཞན་སྒྲུལ་བུ་མེད་པར་  
 གཞན་བུམ་པ་སྒྲུལ་བུ་ལས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། བུམ་སྒྲུལ་

རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་དུ་མེད་དེ།

གལ་ཏེ་གཞན་ནི་གཞན་ལས་གཞན། །

དེ་ཆོ་གཞན་མེད་པར་གཞན་འགྱུར། །

གཞན་མེད་པར་ནི་གཞན་འགྱུར་བ། །

ཡོད་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་མེད། ། ༦

གལ་ཏེ་གཞན་བུམ་པ་ནི་གཞན་སྒྲུལ་བུ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་པ་དེའི་ཆོ་གཞན་  
 སྒྲུལ་བུ་མེད་པར་སྒྲུལ་བུ་ལས་གཞན་དུ་འགྱུར་ལ་གཞན་སྒྲུལ་བུ་མེད་པར་ནི་སྒྲུལ་བུ་  
 ལས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ཡོད་པ་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་གཞན་ཉིད་ཅེས་པའི་སྤྱི་ཡོད་  
 པས་གཞན་དུ་རྫོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

གཞན་ཉིད་གཞན་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །

གཞན་མ་ཡིན་ལ་རང་ཡོད་མ་ཡིན། །

གཞན་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། 1

གཞན་ནམ་དེ་ཉིད་ཡོད་པ་ཡིན། 2

གཞན་ཉིད་ཀྱི་སྒྱི་དེ་གསལ་བ་གཞན་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་གཞན་ཉིད་ཀྱི་སྒྱི་  
བརྟགས་པ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་གཞན་མ་ཡིན་པ་ལ་འདྲ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ལ་གཅིག་ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། གཞན་ནམ་དེ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ཉིད་ཀྱི་སྒྱི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ་བརྟགས་ནས་སྤང་པ་དགག་པ་)ནི།

དེ་ནི་དེ་དང་སྤང་པ་མེད། 1

གཞན་དང་གཞན་ཡང་སྤང་མི་འགྱུར། 2

སྤང་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། ཚེས་དེ་ནི་དེ་དང་སྤང་པ་མེད་ཅིང་རང་བཞིན་  
གྱིས་གཞན་དང་གཞན་ཡང་སྤང་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(དེས་སྤང་བཞིན་པ་འདྲ་ལེགས་པར་བསྟན་པ་)ནི། སྤང་པ་ཡོད་དེ།

སྤང་བཞིན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།



ཕྱད་བཞིན་པ་དང་ཕྱད་པ་དང་། །

ཕྱད་པ་པོ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༤

ཕྱད་བཞིན་པ་དང་ཕྱད་པ་དང་ཕྱད་པ་པོ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱད་  
པའི་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཕྱད་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་བཞི་པའོ། །

ཕྱད་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་བཞི་པའོ། །

རབ་བྱེད་བཅོ་ལྔ་པ། རང་བཞིན་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་བཅོ་ལྔ་པ། རང་བཞིན་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་རྒྱ་རྒྱུ་ཉེ་བར་ལེན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས། དངོས་པོ་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག། ། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་སྦྱ་ན་མཐར་འཛིན་ལས་མ་  
འདས་པའོ། །

དང་པོ་(དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། སྦྱ་བྱེད་དགག། ། གཞོད་བྱེད་  
བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(སྦྱ་བྱེད་དགག་པ་)ལ་གསུམ། དངོས་ཀྱི་དོན་དང་། དེས་མཐའ་གཞན་གསུམ་  
ཡང་ཁེགས་པར་བསྟན་པ། བཀག་པའི་དོན་དུ་ལྟ་བ་སྦྱད་པའོ། །

དང་པོ་(དངོས་ཀྱི་དོན་)ནི། དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། རྒྱ་རྒྱུ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

རང་བཞིན་རྒྱ་དང་རྒྱུ་ལས་ནི། །

འབྱུང་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལས་ནི་འབྱུང་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་རྒྱ་རྒྱེན་ལས་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན།

རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལས་བྱུང་བ་ཡི། 1

རང་བཞིན་བྱས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། ༡

རང་བཞིན་ཆོས་ཅན། བྱས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ། རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལས་བྱུང་བའི་ ཕྱིར།  
འདོད་མི་རྣམས་ཏེ།

རང་བཞིན་བྱས་པ་ཅན་ཞེས་བྱ། 1

ཇི་ལྟ་བུར་ན་རུང་བར་འགྱུར། 1

རང་བཞིན་བྱས་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བར་ཇི་ལྟ་བུར་ན་རུང་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། རང་བཞིན་བྱས་པ་མ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། བྱས་པ་བདེན་སྟོང་ཆོས་  
ཅན།

རང་བཞིན་དག་ནི་བཅོས་མིན་དང་། 1

གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པ་ཡིན། 1 2

རང་བཞིན་དག་ནི་ཡིན་ཏེ། བཅོས་མིན་དང་རིང་ཐུང་ལྟ་བུའི་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པའི་  
ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(དེས་མཐའ་གཞན་གསུམ་ཡང་ཞེགས་པར་བསྟན་པ་)ནི། རང་དངོས་བཀག་ཀྱང་གཞན་  
དངོས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །  
གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ག་ལ་ཡོད། །  
གཞན་གྱི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ནི། །  
གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད། ། ༣

གཞན་གྱི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། དཔྱད་ན་རང་བཞིན་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་སྟེ། གཞན་གྱིས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ནི་གཞན་གྱི་  
དངོས་པོ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། རང་དང་གཞན་དངོས་བཀག་ཀྱང་དངོས་པོ་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

རང་བཞིན་དང་ནི་གཞན་དངོས་དག །  
མ་གཏོགས་དངོས་པོ་ག་ལ་ཡོད། །  
རང་བཞིན་དང་ནི་དངོས་པོ་དག །

## ཡོད་ན་དངོས་པོ་འགྲུབ་པར་འགྱུར། ། ༥

དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ན་རང་བཞིན་དང་ནི་གཞན་དངོས་དག་ཡོད་  
དགོས་ཏེ། རང་བཞིན་དང་ནི་གཞན་དངོས་དག་མ་གཏོགས་དངོས་པོ་ག་ལ་ཡོད་དེ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་བཀག་གུང་དངོས་མེད་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་མ་གྲུབ་ན། །  
དངོས་མེད་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
དངོས་པོ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི། །  
དངོས་མེད་ཡིན་པར་སྐྱེ་བོ་སྤྱ། ། ༥

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་ན་དངོས་མེད་རང་བཞིན་གྱིས་འགྲུབ་  
པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི་དངོས་མེད་ཡིན་པར་སྐྱེ་བོ་སྤྱ་བའི་ཕྱིར།  
གསུམ་པ་(བཀག་པའི་དོན་དུ་སྤྱ་བ་སྤྱད་པ་)ནི།

གང་དག་རང་བཞིན་གཞན་དངོས་དང་། །  
དངོས་དང་དངོས་མེད་ཉིད་ལྟ་བུ། །  
དེ་དག་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ལ། །  
དེ་ཉིད་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༦

གང་དག་རང་བཞིན་དང་གཞན་དངོས་དང་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་ཉིད་རང་བཞིན་  
 གྱིས་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་དེ་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་མ་ ཡིན་ཏེ། དེ་  
 དག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (གཞོན་བྱེད་བསྟན་པ་) ལ་གཉིས། ལུང་གི་གཞོན་བྱེད་དང་། རིགས་པའི་གཞོན་  
 བྱེད་དོ། །

དང་པོ་ (ལུང་གི་གཞོན་བྱེད་) བློ། དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ།

བཙམ་ལྟན་དངོས་དང་དངོས་མེད་པ། །

མཁྱེན་པས་ཀ་ཏ་ཡ་ན་ཡི། །

གདམས་ངག་ལས་ནི་ཡོད་པ་དང་། །

མེད་པ་གཉིས་ཀའང་དགག་པ་མཛད། ། ༢

བཙམ་ལྟན་འདས་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པའི་དེ་ཉིད་མཁྱེན་པས་འཕགས་པ་  
 ཀ་ཏ་ཡ་ན་འི་གདམས་ངག་ལས་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མཐའ་གཉིས་ཀའང་དགག་པ་  
 མཛད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (རིགས་པའི་གཞོན་བྱེད་) བློ།

གཤམ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། །

དེ་ནི་མེད་ཉིད་མི་འགྱུར་རོ། ༡

རང་བཞིན་གཞན་དུ་འགྱུར་པ་ནི། ༡

ནམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། ༤

དངོས་པོ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རྣམ་ཡང་མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། གལ་ཏེ་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། རང་བཞིན་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་རྣམ་ཡང་འཐད་  
པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཆོས་ཅན།

རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། ༡

གཞན་དུ་འགྱུར་བ་གང་གི་ཡིན། 1

གཞན་དུ་འགྱུར་བ་གང་གི་ཡིན་ཏེ།      རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 ཆོས་ཅན།

རང་བཞིན་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ༡

གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ཇི་ལྟར་བྱུང་། ། ༩

གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ཇི་ལྟར་བྱུང་སྟེ་མི་བྱང་བར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།



གཉིས་པ་ (རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་སྤྲོ་ན་མཐར་འཛིན་ལས་མ་འདས་པ་) ཉི།

ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་རྟག་པར་འཛིན། 1

མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཆད་པར་ལྟ། 1

དེ་ཕྱིར་ཡོད་དང་མེད་པ་ལ། 1

མཁས་པས་གནས་པར་མི་བྱའོ། 1 ༡༠

ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མཐའ་ལ་མཁས་པས་གནས་པར་མི་བྱ་སྟེ། དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་ཁས་སྐྱེད་ས་ན་རྟག་པར་འཛིན་པ་དང་དངོས་པོ་མེད་ཅེས་བྱ་བར་ཁས་སྐྱེད་ས་ན་ཆད་པར་ལྟ་བ་དེའི་ཕྱིར་ཏེ།

གང་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ། 1

དེ་ནི་མེད་པ་མིན་པས་རྟག། 1

སྟོན་བྱུང་ད་ལྟར་མེད་ཅེས་པ། 1

དེས་ན་ཆད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། 1 ༡༡

གང་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དེ་ནི་ནམ་ཡང་མེད་པ་མིན་པས་རྟག་པའི་ཕྱིར་དང་།  
སྟོན་བྱུང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་ཁས་སྐྱེད་ས་ནས་ད་ལྟ་མེད་ཅེས་པ་དེས་

ན་ཆད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །

རང་བཞིན་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་བཙོ་ལྔ་པའོ། །

རང་བཞིན་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་བཙོ་ལྔ་པའོ། །

རབ་བྱེད་བཅུ་དྲུག་པ། བཅིངས་ཐར་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་བཅུ་དྲུག་པ། བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་བརྟག་པ།

གསུམ་པ་བཅིངས་ཐར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་།  
དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གསུམ། འཁོར་འདས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་། བཅིངས་  
ཐར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་། ཚུམ་པ་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྤངས་པ་འོ། །

དང་པོ་(འཁོར་འདས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། འཁོར་བ། བྱང་འདས་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(འཁོར་བ་)ནི། དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ་འཁོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་  
པའི་བྱེད་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་འདྲ་བྱེད་འཁོར་ཞེ་ན། །

འོ་ན་ཕུང་པོ་དང་སེམས་ཅན་གང་འཁོར། གལ་ཏེ་འདུ་བྱེད་ཕུང་པོ་འཁོར་རོ་ཞེ་ན།

དེ་དག་རྟག་མི་འཁོར་ཏེ། །  
མི་རྟག་ན་ཡང་འཁོར་མི་འགྱུར། །

དེ་ཡང་རྟག་མི་རྟག་གང་རུང་དུ་ངེས་པས་དེ་དག་རྟག་ན་མི་འཁོར་ཏེ། འགྲོ་འོང་གི་  
བྱ་བ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། མི་རྟག་ན་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་འཁོར་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྐད་  
ཅིག་དང་རྟུན་གང་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འཁོར་བའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་འཁོར་ཞེ་ན།

སེམས་ཅན་ལ་ཡང་རིམ་འདི་མཚུངས། ། ༡

སེམས་ཅན་ལ་ཡང་འདུ་བྱེད་ལ་བརྗོད་པའི་རིམ་པ་འདི་མཚུངས་ཏེ། རྟག་མི་རྟག་གང་  
ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འཁོར་བའི་ཕྱིར། མང་བཀྱར་བ་ན་རེ།

གལ་ཏེ་གང་ཟག་འཁོར་ཞེ་ན། །

གལ་ཏེ་རྟག་མི་རྟག་གང་དུ་འང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་གང་ཟག་འཁོར་རོ་ཞེ་ན།

ཕུང་པོ་སྐྱེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་པ། །

དེ་ནི་རྣམ་པ་ལྡན་བཅའ་ན། 1

མེད་ན་གང་ཞིག་འཁོར་བར་འགྱུར། 1 2

གང་ཟག་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གང་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་འཁོར་བར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་  
བར་ཐལ། སྤང་པོ་སྐྱེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་ལ་རྣམ་པ་ལྡན་བཅའ་ན་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཉེ་བར་ལེན་ནས་ཉེར་ལེན་བར། 1

འཁོར་ན་.....། 1

མིའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ནས་ལྷའི་ཉེ་བར་ལེན་པར་འཁོར་ན་མིའི་ཉེར་ལེན་བཏང་ནས་འཁོར་  
རམ་མ་བཏང་བར་འཁོར། དང་པོ་སྟར་ན།

.....སྲིད་པ་མེད་པར་འགྱུར། 1

སྲིད་མེད་ཉེ་བར་ལེན་མེད་ན། 1

དེ་གང་ཅི་ཞིག་འཁོར་བར་འགྱུར། 1 3

སྲ་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྲིད་པ་སྤང་པོ་མེད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། ཉེར་ལེན་སྲ་མ་བཏང་  
ནས་ཕྱི་མ་མ་སྦངས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གང་ཟག་དེ་གང་ཅི་ཞིག་འཁོར་བར་  
འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བ་ཐལ། སྲིད་པ་མེད་ཅིང་ཉེ་བར་ལེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་

ལྷ་ར་ན། གང་བླ་གཅིག་ལྷ་མི་གཉིས་སུ་འབྱུང་བར་ཐལ། མིའི་ཉེར་ལེན་མ་བཏང་  
བར་ལྷ་འི་ཉེར་ལེན་དུ་འཁོར་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(མྱང་འདས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ནི། གལ་ཏེ་འཁོར་བ་ཡོད་དེ། མྱང་  
འདས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

འདུ་བྱེད་མུ་དན་འདའ་བར་ནི། །

ཇི་ལྷ་བྱུར་ཡང་མི་འཐད་དོ། །

སེམས་ཅན་མུ་དན་འདའ་བར་ཡང་། །

ཇི་ལྷ་བྱུར་ཡང་འཐད་མི་འབྱུང་། ། ར

མྱང་འདས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། འདུ་བྱེད་མུ་དན་འདའ་བར་ནི་ཇི་ལྷ་བྱུར་ཡང་བཞིན་  
གྱིས་མི་འཐད་ལ་སེམས་ཅན་མུ་དན་འདའ་བར་ཡང་ཇི་ལྷ་བྱུར་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་མི་  
འཐད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(བཅིངས་ཐར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། ཐུན་མོང་དུ་དགག། ། སོ་  
སོར་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(ཐུན་མོང་དུ་དགག་པ་)ནི། དངོས་པོར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ་བཅིངས་ཐར་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

སྐྱེ་འཇིག་ཚེས་ཅན་འདུ་བྱེད་རྣམས། །

མི་འཆིང་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །

སྡུ་མ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཡང་། །

མི་འཆིང་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། ། ༥

སྐྱེ་འཇིག་ཚེས་ཅན་གྱི་འདུ་བྱེད་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འཆིང་ཞིང་གྲོལ་བར་མི་  
འགྱུར་ཏེ། སྐད་ཅིག་དང་རྒྱན་གང་ཡང་བཅིངས་ཐར་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར། སྡུ་  
མ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འཆིང་ཞིང་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
རྟགས་འདྲ།

གཉིས་པ་(སྔ་སྔར་དགག་པ་)ལ་གཉིས། བཅིངས་པ་དགག་ན། ཐར་པ་དགག་པ་རོ། །  
དང་པོ་(བཅིངས་པ་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་ཉེ་བ་ལེན་འཆིང་ན། །

གལ་ཏེ་བཅིངས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། ཆགས་སོགས་ཉེ་བར་ལེན་པ་འཆིང་བྱེད་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།



ཉེ་བར་ལེན་བཅས་འཆིང་མི་འགྱུར། །

ཉེ་བར་ལེན་མེད་མི་འཆིང་སྟེ། །

གནས་སྐྱབས་གང་ཞིག་འཆིང་བར་འགྱུར། ། ༤

གནས་སྐྱབས་གང་ཞིག་འཆིང་བར་འགྱུར་བ་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། ཉེ་བར་ལེན་པ་  
དང་བཅས་པ་དང་། ཉེ་བར་ལེན་མེད་མི་འཆིང་བའི་ཕྱིར་དང་།

གལ་ཏེ་བཅིངས་བྱའི་སྔ་རོལ་ན། །

འཆིང་བ་ཡོད་ན་འཆིང་ལ་རག། །

དེ་ཡང་མེད་དེ་ལྷག་མ་ནི། །

སོང་དང་མ་སོང་བགོམ་པས་བསྟན། ། ༥

གལ་ཏེ་བཅིངས་བྱའི་སྔ་རོལ་ན་འཆིང་བ་ཡོད་ན་འཆིང་ལ་རག་ན་དེ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར།  
སྟན་འབྱེན་ལྷག་མ་ནི་སོང་དང་མ་སོང་བགོམ་པས་བསྟན་ཏེ། རེ་ཤིག་  
བཅིངས་པ་མི་འཆིང་སྟེ་ཞེས་སོགས་འདོན་པ་བསྒྱུར་ནས་དགག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །

གཉིས་པ་(ཐར་པ་དགག་པ་)ནི། བཅིངས་པ་ཡོད་དེ། ཐར་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
ཞེ་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ།

རེ་ཞིག་བཅིངས་པ་མི་གྲོལ་ཏེ། །  
མ་བཅིངས་པ་ཡང་གྲོལ་མི་འགྱུར། །

རེ་ཞིག་བཅིངས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གྲོལ་མ་བཅིངས་པ་ཡང་གྲོལ་བ་བདེན་པར་མི་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

བཅིངས་པ་གྲོལ་བཞིན་ཡིན་འགྱུར་ན། །

བཅིངས་པ་གྲོལ་བཞིན་པ་ཡིན་པར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

བཅིངས་པ་གྲོལ་བ་དུས་གཅིག་འགྱུར། ། ༤

བཅིངས་པ་དང་གྲོལ་བ་དུས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། །

གསུམ་པ་(རྩོམ་པ་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྤངས་པ་)ནི། ཐར་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་ཐར་པ་ཐོབ་  
པའི་ཕྱིར་དུ་རྩོམ་པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་འགྱུར་ཏེ།

དག་ནི་ལེན་མེད་མུ་ངན་འདའ། །  
མུང་འདས་བདག་གིར་འགྱུར་རོ་ཞེས། །  
དེ་ལྟར་གང་དག་འཛིན་དེ་ཡི། །

## ཉེར་ལེན་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ཡིན། ། ༩

མྱ་ངན་འདས་བདེན་གྲུབ་ལ་དམིཌ་ནས་བདག་ནི་ཡང་སྲིད་ལེན་པ་མེད་པར་མྱ་ངན་  
ལས་འདའོ་མྱ་ངན་འདས་བདག་གིར་འགྱུར་རོ་ཞེས་དེ་ལྟར་གང་དག་འཛིན་པ་དེ་ཉེར་ལེན་  
འཛིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བའི་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གང་ལ་མྱ་ངན་འདས་བསྐྱེད་མེད། །

འཁོར་བ་བསལ་བ་འདྲ་ཡོད་མིན་པ། །

དེ་ལ་འཁོར་བ་ཅི་ཞིག་ཡིན། །

མྱ་ངན་འདས་པ་འདྲ་ཅི་ཞིག་བརྟག། ༡༠

དེ་ལ་འཁོར་བ་དང་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་འདྲ་ཅི་ཞིག་དོན་དམ་པར་བརྟག་དུ་མེད་  
དེ། གནས་ལྷགས་གང་ལ་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་སྐྱེད་དུ་མེད་ཅིང་འཁོར་བ་བསལ་  
བའད་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་བཅུ་དྲུག་པའོ། །

བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་བཅུ་དྲུག་པའོ། །

རབ་བྱེད་བརྩ་བདུན་པ། ལས་བརྟག་པ། .....

རབ་བྱེད་བརྩ་བདུན་པ། ལས་འབྲས་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་ (བཅིངས་ཐར་) རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་ལ་གཉིས། ཙུ་  
ལན་ནི། 1

དང་པོ་ (ཙུ་པ་) ཉི། འཁོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ལས་འབྲས་དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན།

འདི་ལ་གཉིས་དག་མི་དག་རྣམ་བཞག་དང་། ཏག་ཆད་སྤྲོད་ཚུལ་ལོ། 1

དང་པོ་ (དག་མི་དག་རྣམ་བཞག་) ཉི།

བདག་ཉིད་ལེགས་པར་སྒྲུལ་པ་དང་། 1

གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་བྱམས་སེམས་གང་། 1

དེ་ཆོས་དེ་ནི་འདི་གཞན་དུ། 1

འབྲས་བྱ་དག་གི་ས་བོན་ཡིན། 1 2

བདག་ཉིད་ལེགས་པར་སྒྲུལ་པ་དང་གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པ་དང་བྱམས་པའི་སེམས་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཡིན་ཏེ། ཆོ་འདི་དང་གཞན་དུ་འབྲས་བུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
དག་གིས་ས་བོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དྲང་སྟོང་མཆོག་གིས་ལས་རྣམས་ནི། 1

སེམས་པ་དང་ནི་བསམ་པར་གསུངས། 1

ལས་དེ་བདག་གི་བྱེ་བྲག་ནི། 1

རྣམ་པ་དུ་མར་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས། 1 2

དྲང་སྟོང་མཆོག་གིས་ལས་རྣམས་ནི་སེམས་པ་དང་ནི་བསམ་པར་གསུངས་ལ། ལས་  
དེ་དག་བྱེ་བྲག་ནི་རྣམ་པ་དུ་མར་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་སོ། 1

དེ་ལ་ལས་གང་སེམས་པ་ཞེས། 1

གསུངས་པ་དེ་ནི་ཡིད་གྱིར་འདོད། 1

བསམས་པ་ཞེས་ནི་གང་གསུངས་པ། 1

དེ་ནི་ལྷས་དང་དག་གིར་ཡིན། 1 3

དེ་ལ་ལས་གང་སེམས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ནི་ཡིད་གྱིར་འདོད་ཅིང་། བསམ་པ་  
ཞེས་ནི་གང་གསུངས་པ་དེ་ནི་ལྷས་དང་དག་གིར་འདོད་དོ། 1

དག་དང་བསྐྱོད་དང་མི་སྤྱོད་བའི། 1  
རྣམ་རིག་བྱེད་མིན་ཞེས་བྱ་གང། 1  
སྤྱོད་བའི་རྣམ་རིག་བྱེད་མིན་པ། 1  
གཞན་དག་ཀྱང་ནི་དེ་བཞིན་འདོར། 1 ར

དག་མི་དག་འི་དག་དང་ལུས་སྐྱུ་ལ་བསྐྱོད་དང་དེ་བཞིན་དུ་མི་སྤྱོད་བའི་རྣམ་པར་

རིག་བྱེད་མིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གང་དང་། སྤྱོད་བའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མིན་པ་གཞན་  
དག་ཀྱང་ནི་ལས་སྐྱུ་འདོད་ལ།

ལོངས་སྤྱོད་ལས་བྱུང་བསོད་ནམས་དང་། 1  
བསོད་ནམས་མ་ཡིན་ཚུལ་དེ་བཞིན། 1  
སེམས་པ་དང་ནི་ཆོས་དེ་བདུན། 1  
ལས་སྐྱུ་མངོན་པར་འདོད་པ་ཡིན། 1 ལ

དེ་བཞིན་དུ་ལོངས་སྤྱོད་ལས་བྱུང་བའི་བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་  
དང་། སེམས་པ་དང་ནི་ཆོས་དེ་བདུན་ལས་སྐྱུ་མངོན་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། 1

གཉིས་པ་(རྟག་ཆད་སྤྱོད་ཚུལ་)ལ་གཉིས། དོགས་པ་དང་། ལན་ནོ། །  
དང་པོ་(དོགས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་སྤྲིན་པའི་དུས་བར་དུ། །  
གནས་ན་ལས་དེ་རྟག་པར་འགྱུར། །  
གལ་ཏེ་འགགས་ན་འགག་གྱུར་པ། །  
ཇི་ལྟར་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་འགྱུར། ། ༦

གལ་ཏེ་ལས་དེ་རྟག་སྤྲིན་གྱི་བར་དུ་གནས་ན་རྟག་པར་འགྱུར་ལ། གལ་  
ཏེ་སྤྲིན་མ་ཐག་འགགས་པར་གྱུར་པས་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་སྐྱེས་པར་འགྱུར་ཏེ། འགག་  
པ་དངོས་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
གཉིས་པ་(ལན་)ལ་གཉིས། རྒྱན་ཁས་སྤངས་ནས་རྟག་ཆད་སྤྱོད་བ། རྒྱན་མི་བྱ་ཁས་  
སྤངས་ནས་རྟག་ཆད་སྤྱོད་བའོ། །  
དང་པོ་(རྒྱན་ཁས་སྤངས་ནས་རྟག་ཆད་སྤྱོད་བ་)ནི།

ཐུ་གུ་ལ་སོགས་རྒྱན་གང་ནི། །  
ས་བོན་ལས་ནི་མངོན་པར་འབྱུང་། །  
དེ་ལས་འབྲས་བུ་ས་བོན་ནི། །  
མེད་ན་དེ་ཡང་འབྱུང་མི་འགྱུར། ། ༧



མུ་གུ་ལ་སོགས་རྒྱན་གང་ནི་ས་བོན་ལས་ནི་མངོན་པར་བྱུང་ཞིང་རྒྱན་དེ་ལས་འབྲས་བུ་  
འབྱུང་ལ། ས་བོན་ནི་མེད་ན་རྒྱན་དེ་ཡང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

གང་ཕྱིར་ས་བོན་ལས་རྒྱན་དང་། །

རྒྱན་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །

ས་བོན་འབྲས་བུ་འི་སྒྲོན་འགོ་བ། །

དེ་ཕྱིར་ཆད་མིན་རྟག་པ་ཡིན། ། ༤

གང་གི་ཕྱིར་ས་བོན་ལས་རྒྱན་དང་རྒྱན་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཞིང་ས་བོན་  
འབྲས་བུ་འི་སྒྲོན་དུ་འགོ་བ་དེ་འི་ཕྱིར་ཆད་པ་མིན་རྟག་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ།

སེམས་ཀྱི་རྒྱན་ནི་གང་ཡིན་པ། །

སེམས་ལས་མངོན་པར་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

དེ་ལས་འབྲས་བུ་སེམས་ལྟ་ཞིག །

མེད་ན་དེ་ཡང་འབྱུང་མི་འགྱུར། ། ༥

སེམས་ཀྱི་རྒྱན་ནི་གང་ཡིན་པ་སེམས་ལས་མངོན་པར་འབྱུང་བར་འགྱུར་ལ། རྒྱན་དེ་  
ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་ཞིང་སེམས་ལྟ་ཞིག་མེད་ན་རྒྱན་དེ་ཡང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

གང་ཕྱིར་སེམས་ལས་རྒྱན་དང་ནི། །

རྒྱན་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །

ལས་ནི་འབྲས་བུ་འོན་འགོ་བ། །  
དེ་ཕྱིར་ཆད་མིན་རྟག་པ་མ་ཡིན། ། ༡༠

གང་གི་ཕྱིར་སེམས་ལས་རྒྱན་དང་ནི་རྒྱན་ལས་འབྲས་བུ་འབྲུང་བར་འབྱུང་ཞིང་ལས་ནི་  
འབྲས་བུ་འོན་དུ་འགོ་བ་དེ་འི་ཕྱིར་ཆད་པ་མིན་རྟག་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་ན།

དཀར་པོ་འི་ལས་ཀྱི་ལམ་བཅུ་པོ། །  
ཆོས་སྐྱབ་པ་ཡི་ཐབས་ཡིན་ཏེ། །  
ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་འདི་གཞན་དུ། །  
འདོད་པ་འི་ཡོན་ཏན་རྣམ་ལྟ་ནོ། ། ༡༡

དཀར་པོ་འི་ལས་ཀྱི་ལམ་བཅུ་པོ་ཆོས་སྐྱབ་པ་འི་ཐབས་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་འདི་  
དང་གཞན་དུ་འདོད་པ་འི་ཡོན་ཏན་རྣམ་པ་ལྟ་ལ་འོངས་སྟོན་པ་འི་ཕྱིར་ནོ། །  
གཉིས་པ་(རྒྱུ་མི་ཟ་ཁས་སྒྲངས་ནས་རྟག་ཆད་སྟོང་བ་)ལ་གཉིས། གཞན་ལན་དགག། ། རང་  
ལན་གཏང་བ་པ་ནོ། །

དང་པོ་(གཞན་ལན་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་བརྟག་པ་དེར་འབྱུང་ན། །  
ཉིས་པ་ཆེན་པོ་མང་པོར་འབྱུང། །  
དེ་ལྟ་བུས་ན་བརྟག་པ་དེ། །  
འདིར་ནི་འབྲད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༡༢

རྒྱལ་ལས་ལེན་པའི་བརྟག་པ་དེ་འདིར་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཤམ་ཏེ་ས་མུག་དང་ཆོས་  
མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་རྟག་ཆད་སྤྱོད་བའི་བརྟག་པ་དེར་གྱུར་ན་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་དང་མང་པོར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ནས་ཀྱི་ས་བོན་ལས་ནས་ཀྱི་མུ་གུ་དང་དེ་ལས་ནས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལོ་  
ན་སྐྱེ་བ་བཞིན་དུ་དག་མི་དག་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་སེམས་ལས་རིགས་མཐུན་ལོ་ན་སྐྱེ་བ་  
དང་ལྷ་ནས་ལྷ་ལོ་ནར་སྐྱེ་བའི་སྐྱོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རང་ལན་གདབ་པ་)ལ་གསུམ། བསྟན། བཤད། བསྟུ་བའོ། །

དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི།

སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་རང་རྒྱལ་དང་། །

ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་གང་གསུངས་པའི། །

བརྟག་པ་གང་ཞིག་འདིར་འཐད་པ། །

དེ་ནི་རབ་ཏུ་བརྗོད་པར་བྱ། ། ༡༣

སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་རང་རྒྱལ་དང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱིས་གང་གསུངས་པའི་བརྟག་  
པ་གང་ཞིག་འདིར་འཐད་པ་དེ་ནི་རབ་ཏུ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

ཇི་ལྟར་དཔང་རྒྱ་དེ་བཞིན་ཟུད། །

མི་བདེ་ལས་ནི་བུ་ལོན་བཞིན། །

དེ་ནི་ཁམས་ལས་རྣམ་པ་བཞི། །

དེ་ཡང་རང་བཞིན་ལུང་མ་བསྟན། ། ༡༥

ལས་བྱེད་པའི་ཆོ་བུ་ལོན་གྱི་དཔང་རྒྱ་ཇི་ལྟ་བ་དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུ་མི་བྱ་སྐྱེ་ལ་ལས་ནི་བུ་  
ལོན་བཞིན་ནོ། ། རྒྱུ་མི་བྱ་དེ་ནི་ཁམས་གསུམ་དང་བཅས་མེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལས་རྣམ་པ་  
བཞི་ཡོད་ལ་དེ་ཡང་རང་བཞིན་ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་གྱི་དགེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དགེ་ཙུ་ཆད་  
པའི་རྒྱུ་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མི་དགེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་ཆགས་བྱལ་ལའང་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར།

གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ནི།

སྤྲོད་བས་སྤྲོད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །

བསྐྱོམ་པས་སྤྲོད་བ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན། །

དེ་ཕྱིར་རྒྱུ་མི་བྱ་བ་ཡིས། །

ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་འགྱུར། ། ༡༦

རྒྱུ་མི་བྱ་དེ་མཐོང་སྤྲོད་སྤྲོད་བས་སྤྲོད་བ་མིན་ཏེ། སྐྱོམ་པས་སྤྲོད་བ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །  
ལས་འཇིག་ཀྱང་རྒྱུ་མི་བྱ་མི་འཇིག་པ་དེའི་ཕྱིར་རྒྱུ་མི་བྱ་བ་ཡིས་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
སྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་སྤྲོད་བས་སྤྲོད་བ་དང་། །

ལས་འཐོབ་པ་ཡིས་འཇིག་འགྱུར་ན། །

གལ་ཏེ་ལས་སྤྲོད་བས་རྒྱུ་མི་བླ་སྤྲོད་བ་དང་ལས་འཕོ་བ་ཡིས་རྒྱུ་མི་བླ་འཇིག་པར་  
འགྱུར་ན་སྤྲོན་ཅི་ཡིན་ཅེ་ན།

དེ་ལ་ལས་འཇིག་ལ་སོགས་པའི། །  
སྤྲོན་རྣམས་སུ་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༡༦

དེ་ལ་ལས་འཇིག་པ་སྟེ་བྱས་པ་རྒྱུ་བོས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲོན་རྣམས་སུ་ནི་ཐལ་བར་  
འགྱུར་རོ། །

ཁམས་མཚུངས་ལས་ནི་ཆ་མཚུངས་དང་། །  
ཆ་མི་མཚུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །  
དེ་ནི་ཉིང་མཆམས་སྤྲོར་བའི་ཆོ། །  
གཅིག་པོ་ཁོ་ན་སྤྲོ་བར་འགྱུར། ། ༡༧

ཉིང་མཆམས་སྤྲོར་བའི་ཆོ་ཁམས་མཚུངས་པའི་ལས་ནི་ཆ་མཚུངས་པ་དང་ཆ་མི་  
མཚུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུ་མི་བླ་དེ་ནི་ཐ་དད་པ་རྣམས་ཞིག་ནས་གཅིག་པུ་ཁོ་ན་སྤྲོ་  
བར་འགྱུར་ཞིང་།

མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་རྣམ་གཉིས་པོ། །  
ཀུན་གྱི་ལས་དང་ལས་ཀྱི་དེ། །  
ཐ་དད་པར་ནི་སྤྲོ་འགྱུར་ཞིང་། །

རྣམ་པར་སྒྲིན་ཀྱང་གནས་པ་ཡིན། ། ༡༥

མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་ཀྱན་གྱི་ལས་དང་ལས་གྱི་  
མི་རྒྱུད་མི་བཟང་པོ་དེ་ཐ་དད་པ་ནི་སྒྲིབ་པར་འགྱུར་ཞིང་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་སྒྲིན་ཀྱང་གནས་པ་  
ཡིན་ནོ། །

དེ་ནི་འབྲས་བུ་འཕོ་བ་དང་། །

ཤི་བར་གྱུར་ན་འགག་པར་འགྱུར། །

དེ་ཡི་རྣམ་དབྱེ་ཟག་མེད་དང་། །

ཟག་དང་བཅས་པར་ཤེས་པར་བྱ། ། ༡༥

རྒྱུད་མི་བཟང་པོ་དེ་ནི་རྒྱན་ཞུགས་སོགས་འབྲས་བུ་འཕོས་པ་དང་ཤི་བར་གྱུར་ན་འགག་པར་  
འགྱུར་ལ། དེ་ནི་རྣམ་དབྱེ་ཟག་མེད་དང་ཟག་པ་དང་བཅས་པར་ཤེས་པར་བྱ་རོ།  
གསུམ་པ་(བསྟུ་བ་)ནི། ལས་རྟག་པ་མིན་ཏེ།

སྟོང་པ་ཉིད་དང་ཆད་མེད་དང་། །

འཁོར་བ་དང་ནི་རྟག་པ་མིན། །

ལས་རྣམས་རྒྱུད་མི་བཟང་པོ་ཆོས། །

སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ནི་བསྟན་པ་ཡིན། ། ༢༠

སྐྱེས་མ་ཐག་འཛིག་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆད་པ་མིན་ཏེ། རྒྱུ་མི་བྱ་བའི་  
དབང་གིས་འཁོར་བའི་ཕྱིར། ལས་རྒྱུ་མི་བྱ་བའི་ཆོས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
ནི་བསྟན་པ་ཡིན་པས་འདི་ཁོ་ན་ལྟར་ཁས་སླང་ངོ་ཞེས་བེད་ཏོ། །

གཉིས་པ་(ལན་)ལ་གསུམ། ལས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པས་རྟག་ཆད་མེད། ལས་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག། ། རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་བྱ་བ་བྱེད་པ་དཔེས་བསྟན་པ་འོ། །

དང་པོ་(ལས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པས་རྟག་ཆད་མེད་པ་)ནི། ལས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་ཁས་  
སླངས་ན་རྟག་ཆད་སྟོང་མི་ལུས་ཏེ། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་བར་དུ་གནས་ན་རྟག་པ་དང་།  
མི་གནས་ན་ཆད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གང་ཕྱིར་ལས་ནི་སྐྱེ་བ་མེད། །  
འདི་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་དེའི་ཕྱིར། །  
གང་ཕྱིར་དེ་ནི་མ་སྐྱེས་པ། །  
དེ་ཕྱིར་རྒྱུ་བྱ་བ་མི་འགྱུར་ལོ། ། ༢༡

ལས་ནི་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པའི་རྟག་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་འཛིག་  
པའི་ཆད་པ་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་  
རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར། དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རྒྱུ་བྱ་བ་མི་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་



རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པ་དེའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ལས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། གཞོད་བྱེད་བསྟན། སྐྱབ་བྱེད་  
དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(གཞོད་བྱེད་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས། ཏྲག་ཅིང་མ་བྱས་པར་ཐལ་བ། རྣམ་སྤྲིན་སྤྱག་མེད་  
དུ་འབྱེན་པར་ཐལ་བ་འོ། །

དང་པོ་(ཏྲག་ཅིང་མ་བྱས་པར་ཐལ་བ་)ནི། ལས་ནི་ཆོས་ཅན།

གལ་ཏེ་ལས་ལ་རང་བཞིན་ཡོད། །

ཏྲག་པར་འགྱུར་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །

ལས་ནི་བྱས་པ་མ་ཡིན་འགྱུར། །

ཏྲག་ལ་བྱ་བ་མེད་ཕྱིར་འོ། ། ༢༢

ཏྲག་པར་འགྱུར་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། བྱས་པ་མིན་པར་འགྱུར་བར་ཐལ་འོ། ། བྱབ་སྟེ། ཏྲག་པ་ལ་བྱ་བ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་འོ། །

ཅི་སྟེ་ལས་ནི་མ་བྱས་ན། །

ཅི་སྟེ་ལས་ནི་མ་བྱས་སོ་ཞེ་ན།

མ་བྱས་པ་དང་ཕྱད་འཛིགས་འགྱུར། །

ཆོངས་སྟོད་གནས་པ་མ་ཡིན་པའང་། །

དེ་ལ་སྟོན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། ། 23

ལས་མ་བྱས་པ་དང་ཕྱད་པའི་འཛིགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། རྟགས་དེ་ལ་ཆོངས་  
སྟོད་དག་པའང་ཆོངས་སྟོད་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ། ལས་མ་  
བྱས་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་ཉིད་དང་ཡང་། །

འགལ་བར་འགྱུར་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །

བསོད་ནམས་དང་ནི་སྡིག་བྱེད་པའི། །

རྣམ་པར་དབྱེ་བའང་འཐད་མི་འགྱུར། ། 24

བུམ་པ་བྱོས་ཤིག་ཅེས་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་ཉིད་དང་ཡང་འགལ་བར་འགྱུར་  
བར་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་ཐལ། རྟགས་འདྲ། བསོད་ནམས་དང་ནི་སྡིག་བྱེད་པ་ཡི་རྣམ་པར་  
དབྱེ་བའང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། རྟགས་འདྲ།

གཉིས་པ་(རྣམ་སྟོན་སྟག་མེད་དུ་འབྱིན་པར་ཐལ་བ་)ནི།

དེ་ནི་རྣམ་སྒྲིན་སྒྲིན་གྱུར་པ། །  
ཡང་དང་ཡང་དུ་རྣམ་སྒྲིན་འགྱུར། །  
གལ་ཏེ་རང་བཞིན་ཡོད་ན་ནི། །  
གང་ཕྱིར་ལས་གནས་དེ་ཡི་ཕྱིར། ། 25

ལས་དེ་ནི་རྣམ་སྒྲིན་སྒྲིན་པར་གྱུར་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་རྣམ་སྒྲིན་འགྱུར་པར་འགྱུར་བར་  
ཐལ། ལས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་བྱུང་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་གལ་ཏེ་ལས་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་ནི་རྟག་ཏུ་གནས་པ་དེ་ནི་ཕྱིར་རོ། །  
གཉིས་(སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་)ནི། ལས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། ལས་ཀྱི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ལས་འདི་ཉོན་མོངས་བདག་ཉིད་ལ། །  
ཉོན་མོངས་དེ་དག་ཡང་དག་མིན། །  
གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་ཡང་དག་མིན། །  
ལས་ནི་ཡང་དག་ཇི་ལྟར་ཡིན། ། 26

ཉོན་མོངས་དེ་དག་ཆོས་ཅན། ཡང་དག་པར་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། རྒྱལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ལས་  
བྱུང་བའི་ཕྱིར། ལས་ནི་ཡང་དག་པར་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་  
ཉོན་མོངས་ཡང་དག་པར་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། ལས་འདི་ཉོན་མོངས་པའི་

བདག་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར།

ལས་ཉོན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། དེའི་འབྲས་བུ་ལུས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་དག་ནི། 1

ལུས་རྣམས་ཀྱི་ནི་རྒྱེན་དུ་བསྟན། 1

གལ་ཏེ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ། 1

དེ་སྟོང་ལུས་ལ་ཇི་ལྟར་བརྗོད། 1 20

ལུས་ལ་ཇི་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་རྗོད་མི་རིགས་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་ལས་དང་  
ཉོན་མོངས་པ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་སྟེ། ལས་དང་ཉོན་  
མོངས་པ་དག་གི་ལུས་རྣམས་ཀྱི་ནི་རྒྱེན་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ལས་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོད་དེ། ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་བྱ་བ་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

མ་རིག་བསྐྱེབས་པའི་སྐྱེ་བོ་གང་། 1

སྲིད་ལྡན་དེ་མི་བྱ་བ་པོ། 1

དེ་ཡང་བྱེད་ལས་གཞན་མིན་ཞིང་། 1

དེ་ཉིད་དེ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། 1 21

མ་རིག་པས་བསྐྱེབས་པའི་སྐྱེ་བོ་གང་སྲིད་ལྡན་དེ་ནི་བྱ་བ་པོ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ལས་བྱེད་

པ་པོ་ལས་གཞན་མིན་ཞིང་དེ་ཉིད་ལས་བྱེད་པ་པོ་དེ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

གང་གི་ཕྱིར་ན་ལས་འདི་ནི། 1

རྒྱན་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཞིང་། 1

རྒྱན་མིན་ལས་བྱུང་ཡོད་མིན་པ། 1

དེ་ཕྱིར་བྱེད་པ་པོ་ཡང་མེད། 1 20

ལས་བྱེད་པ་པོ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་ལས་འདི་ནི་རྒྱན་ལས་རང་  
བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཞིང་རྒྱན་མིན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་ལས་དང་བྱེད་མེད་ན། 1

ལས་སྦྱེས་འབྲས་བུ་ག་ལ་ཡོད། 1

ཅི་སྟེ་འབྲས་བུ་ཡོད་མིན་ན། 1

ཟ་བ་པོ་ལྟ་ག་ལ་ཡོད། 1 20

ལས་སྦྱེས་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་ག་ལ་ཡོད་དེ། གལ་ཏེ་ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་རང་  
བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟ་བ་པོ་ལྟ་རང་བཞིན་གྱིས་ག་ལ་ཡོད་དེ། ཅི་སྟེ་འབྲས་བུ་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་བྱ་བ་བྱེད་པ་དཔེས་བསྟན་པ་)ནི། ལས་འབྲས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
ན། བྱ་བྱེད་མི་འབྲད་དོན་ན། སྟོན་མེད་དེ།

ཇི་ལྟར་སྟོན་པས་སྦྱུལ་པ་ནི། །  
རྩ་འཁྲུལ་ཕུན་ཚོགས་གྱིས་སྦྱུལ་ཞིང་། །  
སྦྱུལ་པ་དེ་ཡང་སྦྱུལ་པ་ན། །  
སྦྱར་ཡང་གཞན་ནི་སྦྱུལ་པ་ལྟར། ། 37

ཇི་ལྟར་སྟོན་པས་སྦྱུལ་པ་ནི་རྩ་འཁྲུལ་ཕུན་ཚོགས་གྱིས་སྦྱུལ་ཞིང་སྦྱུལ་པ་དེ་ཡང་སྦྱུལ་  
པ་ནི་སྦྱར་ཡང་གཞན་ནི་སྦྱུལ་པ་ལྟར།

དེ་བཞིན་བྱེད་པོ་དེ་ལས་གང་། །  
བྱས་པ་འང་སྦྱུལ་པའི་རྣམ་པ་བཞིན། །  
དཔེར་ན་སྦྱུལ་པས་སྦྱུལ་གཞན་ཞིག །  
སྦྱུལ་པ་མཛད་པ་དེ་བཞིན་ནོ། ། 38

དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་པོ་སྦྱུལ་པའི་རྣམ་པ་བཞིན་དེས་ལས་གང་བྱས་པ་འང་དཔེར་ན་སྦྱུལ་  
པས་སྦྱུལ་པ་གཞན་ཞིག་སྦྱུལ་པ་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ།

ཉོན་མོངས་ལས་དང་ལུས་རྣམས་དང་། །

བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲས་བུ་དང་། །

དི་ཟའི་གོང་ཁྱེར་ལྷ་བུ་དང་། །

སྒྲིག་རྒྱ་མི་ལམ་འདྲ་བ་ཡིན། ། ༣༣

ཉོན་མོངས་དང་ལས་དང་ལུས་རྣམས་དང་། བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲས་བུ་དང་། དི་ཟའི་གོང་  
ཁྱེར་ལྷ་བུ་དང་སྒྲིག་རྒྱ་དང་མི་ལམ་འདྲ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར།

ལས་དང་འབྲས་བུ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་བདུན་པའོ། །

ལས་དང་འབྲས་བུ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་བདུན་པའོ། །



རབ་བྱེད་བཅོ་བརྒྱད་པ། བདག་དང་ཚས་བརྟག་པ། .....

རབ་བྱེད་བཅོ་བརྒྱད་པ། བདག་དང་ཚས་བརྟག་པ།

གསུམ་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་ཚུལ་ལ་ལྟ། དངོས་དང་། ལུང་འགལ་སྤང་བ། དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་ལ་བགྱི་བའི་རིམ་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དོན་དེ་ངེས་པར་གྲུབ་དགོས་  
པར་བསྟན་པ་འོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གཉིས། ལྟ་བ་གཏན་ལ་དབབ་པ། སྒྲོམ་པས་ཉེས་སྒྲིན་ལྟོག་པ་འི་  
རིམ་པ་འོ། །

དང་པོ་(ལྟ་བ་གཏན་ལ་དབབ་པ་)ནི། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་ཡིན་ན།  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གང་། དེ་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་ལ་བདག་  
དང་བདག་གི་ར་འཛིན་པ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཟད་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ལ་  
འཇུག་ཚུལ་ནི། བདག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། བདག་སྤང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་  
གམ་ཐ་དད།

གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ཡིན་ན། །

སྒྱེ་དང་འཇིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་སྤང་པོ་དང་བདག་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཡིན་ན། བདག་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྱེ་  
བ་དང་འཇིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་འོ། །

## ལ་ཏེ་ཕུང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན། 1

གལ་ཏེ་བདག་ཕུང་པོ་རྣམས་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

## ཕུང་པོའི་མཚན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར། 1 ༡

བདག་ཆོས་ཅན། ཕུང་པོ་འདུས་བྱས་སུ་མཚན་པའི་མཚན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར་རོ།

བདག་གི་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་གལ་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། བདག་ཉིད་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(སྒྲོམ་པས་ཉེས་སྒྱུན་ཕྱོག་པའི་རིམ་པ་)ལ་གཉིས། ཉེས་སྒྱུན་ཕྱོག་པའི་རིམ་པ། ཐར་  
པ་ཐོབ་ཚུལ་ལོ། 1

དང་པོ་(ཉེས་སྒྱུན་ཕྱོག་པའི་རིམ་པ་)ནི། བདག་དང་བདག་གི་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་  
བསྒྲོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆོས་ཅན།

བདག་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །  
བདག་གི་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །  
བདག་དང་བདག་གི་ཞི་བའི་ཕྱིར། །  
ངར་འཛིན་ང་ཡིར་འཛིན་མེད་འགྱུར། ། ༢

ངར་འཛིན་དང་ང་ཡིར་འཛིན་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། བདག་དང་བདག་གི་བའི་མཚན་མ་  
ཞི་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་མཛོན་སྲུང་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། བདག་སྤང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་  
པར་བཤམ། ང་དང་ང་ཡི་བར་འཛིན་པ་སྤྲོད་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ངར་འཛིན་ང་ཡིར་འཛིན་མེད་གང། །  
དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །  
ངར་འཛིན་ང་ཡིར་འཛིན་མེད་པར། །  
གང་གིས་མཐོང་བས་མི་མཐོང་ངོ། ། ༣

ངར་འཛིན་དང་ང་ཡིར་འཛིན་པ་མེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་གང་  
གིས་མཐོང་བས་དེ་ཉིད་མི་མཐོང་སྟེ། ངར་འཛིན་དང་ང་ཡིར་འཛིན་པ་མེད་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་པ་གང་དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ནང་དང་ཕྱི་རོལ་ཉིད་དག་ལ། །

བདག་དང་བདག་གི་སྒྲུལ་བཅད་ན། །

ཉེ་བར་ལེན་པ་འགག་འགྱུར་ཞིང་། །

དེ་བཅད་པས་ན་སྐྱེ་བ་བཅད། ། ལ

ནང་དང་ཕྱི་རོལ་ཉིད་དག་ལ་བདག་དང་བདག་གི་འོ་སྒྲུལ་པའི་འཇིག་ལྟ་བུ་བཅད་ན་ཉེ་བར་  
ལེན་པ་འགག་པར་འགྱུར་ཞིང་ཉེར་ལེན་དེ་བཅད་པས་ན། ལས་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་བཅད་པར་  
འགྱུར་ཏེ། འཇིག་ལྟ་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ཐར་པ་ཐོབ་ཚུལ་)ནི།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་བཅད་པས་ཐར། །

ལས་དང་ཉོན་མོངས་བཅད་པས་ཐར་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་བཅད་ན་སྐྱེ་བ་དང་ག་གི་ལྡོག་པའི་  
ཕྱིར། འོ་ན་གང་གིས་ལས་ཉོན་འཇོག་ཅེ་ན།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྣམ་རྟོག་ལས། །

དེ་དག་སྒྲིས་ལས་སྒྲིས་པ་ནི། །

སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར། ། ཕ

སྟོང་ཉིད་བསྐྱེམས་པས་ལས་ཉོན་ཟད་པར་འགྱུར་ཏེ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཚུལ་མིན་  
ཡིད་བྱེད་གྱི་རྣམ་རྟོག་ལས་འབྱུང་། བདེན་འཛིན་གྱི་སྒྲིམ་པ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་བསྐྱེམས་  
པས་འགག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(ལུང་འགལ་སྦྱང་བ་)ནི། འཇིག་ལྟ་ཟད་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ན།

བདག་ཉིད་བདག་གི་མགོན་ཡིན་གྱི། །

གཞན་ནི་སྤྱི་ཞིག་མགོན་དུ་འགྱུར། །

བདག་ཉིད་ལེགས་པར་དུལ་བས་ནི། །

མཁས་པས་མཐོ་རིས་ཐོབ་པར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ།

བདག་གོ་ཞེས་ཀྱང་བཏགས་སྟུང་ཅིང་། །

བདག་མེད་ཅེས་ཀྱང་བསྟན་པར་གྱུར། །

སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་དང་ནི། །

བདག་མེད་འགའ་མེད་ཅེས་ཀྱང་བསྟན། ། ༦

ལས་འབྲས་ལ་བསྐྱུར་བ་འདེབས་པའི་གདུལ་བྱ་མི་དགེ་བ་ལས་ལྡོག་པའི་ཕྱིར་དུ་

སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གོ་ཞེས་ཀྱང་བཏགས་པར་གྱུར་ཅིང་། ལས་འབྲས་ ལ་  
 ཡིད་ཆེས་པའི་གདུལ་བྱ་ཐར་པ་ལ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་དུ་རང་དབང་བའི་བདག་མེད་ཅེས་  
 ཀྱང་བསྟན་པར་གྱུར། གདུལ་བྱ་མཆོག་ལ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་  
 དང་ནི་བདག་མེད་འགའ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཅེས་ཀྱང་བསྟན་པའི་ཕྱིར། སངས་  
 རྒྱས་ཀྱིས་བདག་དང་བདག་མེད་གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་ན།  
 ཅི་ཞིག་ཡོད་པར་བསྟན་ཞེ་ན།

བཟློག་པར་བྱ་བ་ལྟོག་པ་སྟེ། །

སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་ལྟོག་པས་སོ། །

མ་སྦྱེས་པ་དང་མ་འགགས་པ། །

ཆོས་ཉིད་མྱ་ངན་འདས་དང་མཚུངས། ། ༢

དོན་དམ་པར་བཟློག་པར་བྱ་བ་ལྟོག་པ་སྟེ། དོན་དམ་པར་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་ལྟོག་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། དོན་དམ་པར་མ་སྦྱེས་པ་དང་མ་འགགས་པའི་ཆོས་ཉིད་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་  
 དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་བཀྱི་བའི་རིམ་པ་)ནི། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོན་དམ་པར་བསྟན་མི་རུས་ཀྱང་  
 ཐ་སྙད་དུ་བསྟན་པའི་རིམ་པར་བཟློག་པར་བྱའོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་ཏེ།

ཐམས་ཅད་ཡང་དག་ཡང་དག་མིན། 1

ཡང་དག་ཡང་དག་མ་ཡིན་ཉིད། 1

ཐོག་མར་སྒོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་ཡང་དག་མིན་པ་  
གཞན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། དེ་ནས་བྱིས་པ་ལ་སྟོས་ནས་ཡང་དག་དང་འཕགས་པ་ལ་  
སྟོས་ནས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་།

ཡང་དག་མིན་མིན་ཡང་དག་མིན། 1

དེ་ནི་སངས་རྒྱས་རྗེས་བསྟན་པ་འོ། 1 ༤

དེ་ནས་ཡང་དག་མིན་པ་གཞན་འགྱུར་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན། ཡང་དག་པ་  
གཞན་འགྱུར་མེད་པ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་ཞེས་པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
གདུལ་བྱའི་སྟོད་དང་འཆོམ་པར་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་འི་ཕྱིར།

བཞི་པ་(དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་)ནི། འོ་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དེ་གང་ཞེ་ན།

གཞན་ལས་ཤེས་མིན་ཞི་བ་དང་། 1

སྟོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་སྟོས་པ། 1

རྣམ་རྟོག་མེད་དོན་ཐ་དད་མེད། 1

དེ་ནི་དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་དོ། 1 ༥



བུམ་པ་བདེན་སྟོང་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་  
 དག་ལས་མཛོན་སུམ་དུ་ཤེས་བྱ་མིན་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ཞི་བ་དང་། དག་  
 གི་སྒྲིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་སྒྲིས་པ་དང་། ཁྱོད་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆོ་རྣམ་རྟོག་  
 གི་རྒྱ་བ་མེད་པ་དང་། དོན་ཐ་དད་མིན་པའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གང་ལ་བརྟེན་ཏེ་གང་འབྱུང་བ། །

དེ་ནི་རེ་ཞིག་དེ་ཉིད་མིན། །

དེ་ལས་གཞན་པ་རང་མ་ཡིན་ཕྱིར། །

དེ་ཕྱིར་ཆད་མིན་རྟག་མ་ཡིན། ། ༡༠

རྒྱ་རྒྱུན་ཆད་པ་མིན་ཞིང་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་གང་ལ་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་བའི་འབྲས་ བུ་  
 གང་དེ་ཉིད་ནི་རེ་ཞིག་རྒྱ་དང་དེ་ཉིད་མིན། རྒྱ་དེ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་པ་རང་མིན་  
 པ་དེའི་ཕྱིར།

ལྷ་པ་(དོན་དེ་ངེས་པར་གྱུ་བ་དགོས་པར་བསྟན་པ་)ནི།

སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་མགོན་རྣམས་ཀྱི། །

བསྟན་པ་བདུད་ཅིར་གྱུར་པ་དེ། །

དོན་གཅིག་མ་ཡིན་ཐ་དད་མིན། 1  
ཆད་པ་མ་ཡིན་རྟག་མ་ཡིན། 1 ༡༡

རང་བཞིན་གྱིས་དོན་གཅིག་མ་ཡིན་ཐ་དད་མ་ཡིན་ཆད་པ་མ་ཡིན་རྟག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཆོས་ཅན། འབད་པས་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ། སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་གྱི་མགོན་  
པོ་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཤ་ཤི་སེལ་བའི་བདུད་རྩིར་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྫོགས་སངས་རྒྱས་རྣམས་མ་བྱུང་ཞིང་། 1  
ཉན་ཐོས་རྣམས་ནི་ཟད་གྱུར་ཀྱང་། 1  
རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། 1  
སྟོན་པ་མེད་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ། 1 ༡༢

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཆོས་ཅན། ཆོ་འདིར་བྱུང་འདས་མ་ཐོབ་ཀྱང་ངེས་པར་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ། བྱུང་  
བསྒྲོམས་པས་ཆོ་འདིར་བྱུང་འདས་མ་ཐོབ་ཀྱང་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་མ་བྱུང་  
ཞིང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ནི་ཟད་པར་གྱུར་ཀྱང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི་སྟོབ་དཔོན་ལ་  
བརྟེན་པ་མེད་པ་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།

བདག་དང་ཆོས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅོ་བརྒྱད་པའོ། 11  
བདག་དང་ཆོས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅོ་བརྒྱད་པའོ། 11

རབ་བྱེད་བཅུ་དགུ་པ། རུས་བརྟག་པ།.....

## རབ་བྱེད་བཅུ་དགུ་པ། རུས་བརྟག་པ།

བཞི་པ་རུས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་  
དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གཉིས། རུས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྒྱུར་དགག་། རང་གཞན་སྡེ་  
པའི་འདོད་པ་སོ་སོར་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(རུས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྒྱུར་དགག་པ་)ནི། དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། རུས་  
གསུམ་གདགས་པའི་གཞི་ཡིན་པའི་སྒྱུར་ཞེ་ན། ད་ལྟར་བ་དང་མ་འོངས་པ་རང་བཞིན་  
གྱིས་ཡོད་ན། གཉིས་ལས་མི་འདའ་བས།

ད་ལྟར་བྱུང་དང་མ་འོངས་པ། །

གལ་ཏེ་འདས་ལ་སྟོས་བྱུང་ན། །

ད་ལྟར་བྱུང་དང་མ་འོངས་པ། །

འདས་པའི་རུས་ན་ཡོད་པར་འབྱུང་། ། ༡

ད་ལྟར་བྱུང་བ་དང་མ་འོངས་པ་འདས་པའི་དུས་ན་ཡོད་པར་འབྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་ད་ལྟར་  
བྱུང་བ་དང་མ་འོངས་པ་འདས་པ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོས་པར་བྱུར་པའི་ཕྱིར།

ད་ལྟར་བྱུང་དང་མ་འོངས་པ། 1

གལ་ཏེ་དེ་ན་མེད་བྱུར་ན། 1

ད་ལྟར་བྱུང་དང་མ་འོངས་པ། 1

ཇི་ལྟར་དེ་ལ་སྟོས་པར་འབྱུར། 2

ད་ལྟར་བྱུང་བ་དང་མ་འོངས་པ་ཇི་ལྟར་འདས་པ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོས་པར་འབྱུར་ཏེ་  
མི་འབྱུར་བར་ཐལ། གལ་ཏེ་ད་ལྟར་བྱུང་བ་དང་མ་འོངས་པ་འདས་པའི་  
དུས་དེ་ན་མེད་པར་བྱུར་པའི་ཕྱིར།

འདས་པ་ལ་ནི་མ་སྟོས་པར། 1

དེ་གཉིས་སྒྲུབ་པ་ཡོད་མ་ཡིན། 1

དེ་ཕྱིར་ད་ལྟར་བྱུང་བ་དང་། 1

མ་འོངས་དུས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། 3

ད་ལྟར་བྱུང་བ་དང་མ་འོངས་པའི་དུས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། འདས་པ་ལ་  
ནི་མ་སྟོས་པར་དུས་དེ་གཉིས་སྒྲུབ་པ་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

འིམ་པའི་ཚུལ་ནི་འདི་ཉིད་ཀྱིས། 1

ལྷག་མ་གཉིས་པོ་བསྐྱར་བ་དང། 1

འིགས་པའི་འིམ་པའི་ཚུལ་ནི་འདི་ཉིད་ཀྱིས་དུས་ལྷག་མ་གཉིས་པོ་སྐྱར་བ་ཤེས་པར་  
བྱ་སྟེ། འདས་པ་དང་ནི་མ་འོངས་པ། 1 གལ་ཏེ་དུས་བྱུང་སྟོས་ན། 1 ཞེས་སྐྱར་ནས་  
དགག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

མཆོག་དང་ཐ་མ་འབྲིང་ལ་སོགས། 1

གཅིག་ལ་སོགས་པ་འདུག་ཤེས་པར་བྱ། 1 ར

དུས་གསུམ་ལ་དབྱེད་པའི་འིམ་པའི་ཚུལ་ནི་འདི་ཉིད་ཀྱིས་མཆོག་དང་ཐ་མ་འབྲིང་ལ་  
སོགས་པ་དང། གཅིག་ལ་སོགས་པ་ལ་འདུག་ཤེས་པར་བྱའོ། 1

གཉིས་པ་(རང་གཞན་གྱི་པའི་འདོད་པ་སོ་སོར་དགག་པ་)ནི། གཞན་གྱི་ན་རེ། དུས་རང་བཞིན་  
ཀྱིས་ཡོད་དེ། གློད་ཅིག་དང་ཐང་ཅིག་ལ་སོགས་པའི་ཆད་དོན་གཞན་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་  
ཞེ་ན།

མི་གནས་དུས་ནི་འཛིན་མི་བྱེད། 1

གང་ཞིག་གཟུང་བར་བྱ་བའི་དུས། 1

གནས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས། 1

## མ་བཟུང་དུས་ནི་ཇི་ལྟར་གདགས། ༡

དུས་ནི་ཚད་གཞན་གྱིས་འཛིན་པར་མི་བྱེད་དེ། ཐེར་བྱུག་ཏུ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར། གང་  
 ཞེག་ཚད་དོན་གཞན་གྱིས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་དུས་གནས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྒྲུང་  
 རུང་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། དེ་འབྲུའི་དུས་ཚད་གྱིས་ཇི་ལྟར་གདགས་མི་རྒྱས་པར་ཐལ།  
 ཚད་མས་མ་བཟུང་བའི་ཕྱིར། རང་སྡེ་དངོས་སྒྲིབ་ན་རེ། དུས་རྟག་པ་མེད་ཀྱང་དངོས་པོ་  
 ལ་བརྟེན་པའི་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་དུས་ནི་དངོས་བརྟེན་ཏེ། ༡

དངོས་མེད་དུས་ནི་གལ་ཡོད། ༡

དངོས་པོ་འགའ་ཡང་ཡོད་མིན་ན། ༡

དུས་ལྟ་ཡོད་པར་གལ་འགྱུར། ༢

དངོས་པོ་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མིན་ན་དུས་དུལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་གལ་འགྱུར་ཏེ་  
 མི་འགྱུར་བར་ཐལ། གལ་ཏེ་དུས་ནི་དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་ཏེ་འཛིན་པས་དངོས་མེད་དེ་  
 དངོས་པོ་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་དུས་ནི་གལ་ཡོད་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར།

དུས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་དགུ་པའོ། ༥

དུས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་དགུ་པའོ། ༥

རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་པ། ཚོགས་པ་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་པ། ཚོགས་པ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་ལ་གཉིས། འབྲས་བུའི་  
ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པ་དགག། འབྲས་བུ་འབྱུང་འཛིག་གི་རྒྱ་ཡིན་པ་དགག་པའོ།  
དང་པོ་(འབྲས་བུའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། རྒྱ་རྒྱུ་ཚོགས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་  
དགག། རྒྱ་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བ་དགག། རྒྱ་རྒྱུ་ཚོགས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་སྐྱེ་བ་  
དགག་པའོ། །

དང་པོ་(རྒྱ་རྒྱུ་ཚོགས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། ཚོར་པ་སྤྲ་མ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག། །  
ཚོགས་པ་དུས་མཉམ་ལས་སྐྱེ་བ་འགག། ཚོགས་པ་ཕྱི་མ་ལ་སྐྱེ་བ་འགག་པའོ། །  
དང་པོ་(ཚོགས་པ་སྤྲ་མ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་)ནི། དུས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། འབྲས་བུའི་  
ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་གྱི། །

ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་སྐྱེ་འབྱུང་ཞིང་། །

ཚོགས་པ་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་ན་ནི། །

ཇི་ལྟར་ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་སྐྱེ། ། ༡



གཤམ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞིང་ཚོགས་པ་ལ་  
འབྲས་བུ་ཡོད་ན་ནི། འབྲས་བུ་ཚོས་ཅན། ཇི་ལྟར་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གཤམ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི། 1  
ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། 1  
ཚོགས་པ་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་ན་ནི། 1  
ཇི་ལྟར་ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་སྐྱེ། 1 2

འབྲས་བུ་ཚོས་ཅན། ཇི་ལྟར་ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། གཤམ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞིང་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ཚོགས་པ་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གཤམ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི། 1  
ཚོགས་པ་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་ན་ནི། 1  
ཚོགས་པ་ལ་གཟུང་དུ་ཡོད་རིགས་ན། 1  
ཚོགས་པ་ཉིད་ལ་གཟུང་དུ་མེད། 1 3

འབྲས་བུ་ཚོས་ཅན། རྒྱུ་རྒྱུ་ཚོགས་པ་ལ་མེད་དེ། གཤམ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་  
ཚོགས་པ་ལ་ཡོད་ན་ནི་ཚོགས་པ་ལ་གཟུང་དུ་ཡོད་པར་རིགས་ན་ཚོགས་པ་ཉིད་ལ་

གཟུང་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུན་རྣམས་ཀྱི། 1

ཚོགས་ལ་འབྲས་བུ་མེད་ན་ནི། 1

གལ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུན་རྣམས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞིང་ཚོགས་པ་ལ་  
འབྲས་བུ་མེད་ན་ནི། ཚོས་ཅན།

རྒྱ་རྣམས་དང་ནི་རྒྱུན་དག་ཀྱང་། 1

རྒྱ་རྒྱུན་མ་ཡིན་མཚུངས་པར་འགྱུར། 1 ར

རྒྱ་རྣམས་དང་ནི་རྒྱུན་དག་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུན་མ་ཡིན་པར་མཚུངས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། རྒྱ་  
རྒྱུན་ལ་མེད་པར་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་རྒྱས་ནི་འབྲས་བུ་ལ། 1

རྒྱ་བྱིན་ནས་ནི་འགག་འགྱུར་ན། 1

གལ་ཏེ་ཚོགས་པས་དངོས་རྒྱ་སྐྱེད་ལ་དངོས་རྒྱས་ནི་འབྲས་བུ་ལ་རྒྱ་བྱིན་ནས་འགག་  
པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

གང་བྱིན་པ་དང་གང་འགགས་པའི། 1

རྒྱ་ཡི་བདག་ཉིད་གཉིས་སུ་འགྱུར། 1 ལ

གང་བྱིན་པ་དང་གང་འགགས་པའི་རྒྱའི་བདག་ཉིད་གཉིས་སུ་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། །

གལ་ཏེ་རྒྱུ་ནི་འབྲས་བུ་ལ། །  
རྒྱ་མ་བྱིན་པར་འགག་འགྱུར་ན། །  
རྒྱ་འགགས་ནས་ནི་སྦྱིས་པ་ཡི། །  
འབྲས་བུ་དེ་དག་རྒྱ་མེད་འགྱུར། ། ༦

གལ་ཏེ་རྒྱུ་ནི་འབྲས་བུ་ལ་རྒྱ་མ་བྱིན་པར་འགག་པར་འགྱུར་ན། འབྲས་བུ་སྦྱ་གུ་དེ་དག་  
ཆོས་ཅན། རྒྱ་མེད་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ། རང་གི་དངོས་རྒྱ་འགགས་ནས་ནི་སྦྱིས་པའི་  
ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ཆོགས་པ་དུས་མཉམ་ལས་སྦྱེ་བ་འགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་ཆོགས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །  
འབྲས་བུ་ཡང་ནི་སྦྱེ་འགྱུར་ན། །  
སྦྱེད་པར་བྱེད་དང་བསྦྱེད་བྱ་གང། །  
དུས་གཅིག་པར་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༧

གལ་ཏེ་རྒྱ་རྒྱུ་ཚོགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྲས་བུ་ཡང་ནི་སྐྱེ་བར་འབྱུང་ན། སྐྱེད་པར་  
བྱེད་པ་དང་བསྐྱེད་བྱ་གང་དུས་གཅིག་པར་ནི་འབྱུང་བར་ཐལ་ལོ། །

གསུམ་པ་(ཚོགས་པ་ཕྱི་མ་ལ་སྐྱེ་བ་དགག་པ་)ནི། གལ་ཏེ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱ་བ་ན་རེ།

གལ་ཏེ་ཚོགས་པ་འི་སྔ་རོལ་དུ། །

འབྲས་བུ་སྐྱེས་པར་བྱུང་ན་ནི། །

རྒྱ་རྒྱུ་ཚོགས་པ་འི་སྔ་རོལ་དུ་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པར་འབྱུང་རོ། ། ཞེ་ན་ནི།

རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྣམས་མེད་པ་ཡི། །

འབྲས་བུ་རྒྱ་མེད་འབྱུང་བར་འབྱུང་། ། ༤

འབྲས་བུ་ཚོས་ཅན། རྒྱ་མེད་དུ་འབྱུང་བར་ཐལ། རང་གི་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྣམས་མེད་པ་འི་  
སྔར་སྐྱེས་པ་འི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རྒྱ་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། རྒྱ་འབྲས་དེ་ཐོ་གཅིག་པ་དགག། དེ་ཐོ་  
ཐ་དད་པ་དགག་པ་ལོ།

དང་པོ་(རྒྱུ་འབྲས་ལོ་ཐོ་གཅིག་པ་དགག་པ་)ནི། འབྲས་བུ་ནི་རྒྱུ་ཁོ་ནས་སྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོག་མཆོག་གས་  
པས་མ་ཡིན་ལ། འབྲས་བུ་ལ་རྒྱུ་བྱིན་མ་བྱིན་གྱི་ཉེས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ།

གལ་ཏེ་རྒྱུ་འགགས་འབྲས་བུ་ན། །

གལ་ཏེ་རྒྱུ་འགགས་ནས་འབྲས་བུ་འི་བདག་ཉིད་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

རྒྱུ་ནི་ཀུན་ཏུ་འཕོ་བར་འགྱུར། །

སྒྲིན་སྐྱེས་པ་ཡི་རྒྱུ་ཡང་ནི། །

ཡང་སྐྱེ་བར་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༩

རྒྱུ་ནི་ཀུན་ཏུ་འཕོ་བ་ཅུ་ཏུ་འགྱུར་ལ། སྒྲིན་སྐྱེས་པའི་རྒྱུ་ཡང་ནི་ཡང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བར་  
ཐལ་ལོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱུ་འབྲས་ལོ་ཐོ་ཐ་དད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། རྒྱུས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་  
པ་དགག། རྒྱུ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་(རྒྱུས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དགག་པ་)ནི། རྒྱུས་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེད་  
ན། འབྲས་བུ་འི་སྒྲིན་ལོ་ཐ་དད་པ་དགག་པ་འཕམ་འགགས་པས་སྐྱེད། འབྲས་བུ་རང་སྐྱེས་  
པའཕམ་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེད།

དང་པོ་ལྟར་ན།

འགགས་པ་རྩབ་པར་གྱུར་པ་ཡིས། །

འབྲས་བུ་སྐྱེས་པ་ཇི་ལྟར་སྐྱེད། །

རྒྱ་འགགས་པ་རྩབ་པར་གྱུར་པ་ཡིས་འབྲས་བུ་སྐྱེས་པ་ཇི་ལྟར་སྐྱེད་དེ་མི་སྐྱེད་པར་ཐལ།  
རྒྱ་འགགས་པ་ནི་རྒྱ་དེ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱེས་ཟིན་སྤྲར་སྐྱེ་མི་དགོས་པའི་  
ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལྟར་ན།

འབྲས་བུ་དང་ནི་འབྲེལ་བའི་རྒྱ། །

གནས་པས་ཀྱང་ནི་ཇི་ལྟར་སྐྱེད། ། ༡༠

འབྲས་བུ་དང་ནི་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་དེ་ལྟར་གནས་པས་ཀྱང་ནི་ཇི་ལྟར་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་  
གྱིས་སྐྱེད་དེ་མི་སྐྱེད་པར་ཐལ། རྒྱ་མི་འགྱུར་བར་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།

ཅི་སྟེ་རྒྱ་འབྲས་མ་འབྲེལ་ན། །

ཅི་སྟེ་རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་དང་མ་འབྲེལ་བ་སྐྱེད་དོ་ཞེ་ན།

འབྲས་བུ་གང་ཞིག་སྐྱེད་པར་བྱེད། །  
རྒྱལ་ནི་མཐོང་དང་མ་མཐོང་བར། །  
འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་དོ། ། ༡༡

རྒྱལ་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེད་པར་བྱེད་མི་རིགས་པར་ཐལ། རྒྱ་དུས་ན་  
འབྲས་བུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱལ་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་བསྐྱེད་དེ། རྒྱལ་ནི་མཐོང་  
བ་དང་མི་མཐོང་བར་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

འབྲས་བུ་འདས་པ་རྒྱ་འདས་དང། །  
མ་སྐྱེས་པ་དང་སྐྱེས་པ་དང། །  
ལྷན་ཅིག་སྤད་པར་འབྱུང་བ་ནི། །  
ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༡༢

རྒྱལ་ནི་ངེ་ལྟར་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་སྐྱེད་པར་ཐལ། རྒྱ་འབྲས་སྤད་པ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འབྲས་བུ་འདས་པ་རྒྱ་འདས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་དང་སྐྱེས་པ་དང་  
ལྷན་ཅིག་སྤད་པར་འབྱུང་བ་ནི་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང།

འབྲས་བུ་སྐྱེས་པ་རྒྱ་མ་སྐྱེས། །



འདས་པ་དག་ནི་སྐྱེས་པ་དང་། །  
ལྷན་ཅིག་སྤང་པར་འགྱུར་བ་ནི། །  
ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༡༣

འབྲས་བུ་སྐྱེས་པ་རྒྱ་མ་སྐྱེས་པ་དང་། འདས་པ་དང་ནི་སྐྱེས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་སྤང་པར་  
འགྱུར་བ་ནི་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།

འབྲས་བུ་མ་སྐྱེས་རྒྱ་སྐྱེས་དང་། །  
མ་སྐྱེས་པ་དང་འདས་པ་དང་། །  
ལྷན་ཅིག་སྤང་པར་འགྱུར་བ་ནི། །  
ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༡༤

འབྲས་བུ་མ་སྐྱེས་པ་རྒྱ་སྐྱེས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་དང་འདས་དང་ལྷན་ཅིག་སྤང་པར་  
འགྱུར་བ་ནི་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྤང་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །  
རྒྱས་ནི་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་སྐྱེད། །  
སྤང་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། །  
རྒྱས་ནི་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་སྐྱེད། ། ༡༥

རྒྱ་འབྲས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤང་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ཡང་། རྒྱས་ནི་ཇི་ལྟར་འབྲས་  
བྱ་མི་སྦྱེད་པར་ཐལ་ལོ། །

གལ་ཏེ་འབྲས་བྱས་སྟོང་པའི་རྒྱས། །

ཇི་ལྟར་འབྲས་བྱ་སྦྱེད་པར་བྱེད། །

གལ་ཏེ་འབྲས་བྱས་སྟོང་པའི་རྒྱས་ཇི་ལྟར་འབྲས་བྱ་སྦྱེད་པར་བྱེད་མི་རིགས་པར་ཐལ།  
འབྲས་བྱ་དང་བལ་བའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་འབྲས་བྱས་མི་སྟོང་རྒྱས། །

ཇི་ལྟར་འབྲས་བྱ་སྦྱེད་པར་བྱེད། ། ༡༦

གལ་ཏེ་འབྲས་བྱས་མི་སྟོང་པའི་རྒྱས་ཇི་ལྟར་འབྲས་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་སྦྱེད་པར་བྱེད་མི་  
རིགས་པར་ཐལ། སྤྲེང་ཡང་སྦྱེ་བ་ལ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བྱ་ཆོས་ཅན།

འབྲས་བྱ་མི་སྟོང་སྦྱེ་མི་འབྱུང་། །

མི་སྟོང་འགག་པར་མི་འབྱུང་རོ། །

མི་སྟོང་དེ་ནི་མ་འགགས་དང་། །

མ་སྦྱེས་པར་ཡང་འབྱུང་བ་ཡིན། ། ༡༧

སྐྱེ་བ་དང་འགག་པར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་མི་སྟོང་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ།  
རང་བཞིན་གྱིས་མི་སྟོང་པར་དེ་ནི་མ་འགགས་དང་མ་སྐྱེས་པར་ཡང་འགྱུར་བ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆོས་ཅན།

སྟོང་པ་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། །  
སྟོང་པ་ཇི་ལྟར་འགག་པར་འགྱུར། །  
སྟོང་པ་དེ་ཡང་མ་འགགས་དང་། །  
མ་སྐྱེས་པར་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༡༥

རང་བཞིན་གྱིས་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞིང་ཇི་ལྟར་འགག་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་  
ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། སྟོང་པ་དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
འགགས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པར་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཉིད་དུ། །  
ནམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཉིད་ན། །  
བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར། ། ༡༦

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཉིད་དུ་ནམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཞན་ཉིད་དུ། 1

ནམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འབྱུང་རོ། 1

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཉིད་ན། 1

རྒྱ་དང་རྒྱ་མིན་མཚུངས་པར་འབྱུང། 1 20

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཉིད་ན་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། རྒྱ་  
དང་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཉིད་དུ་ནམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འབྱུང་ཏེ། རྒྱ་དང་  
འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཉིད་ན་རྒྱ་དང་རྒྱ་མིན་མཚུངས་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

འབྲས་བུ་དེ་བོ་ཉིད་ཡོད་ན། 1

རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་སྐྱེད་པར་བྱེད། 1

འབྲས་བུ་དེ་བོ་ཉིད་མེད་ན། 1

རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་སྐྱེད་པར་བྱེད། 1 21

རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་སྐྱེད་པར་འབྱུང་ཏེ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ། འབྲས་བུ་དེ་བོ་ཉིད་གྱིས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་མ་སྲུབ་ན། རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེད་པར་འབྱུང་ཏེ་མི་  
འབྱུང་བར་ཐལ། འབྲས་བུ་དེ་བོ་ཉིད་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རྒྱ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ནི།

སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ན། 1

རྒྱ་ནི་འབྲད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

རྒྱ་ནི་འབྲད་པ་ཡོད་མིན་ན། །

འབྲས་བུ་གང་གི་ཡིན་པར་འགྱུར། ། 22

རྒྱ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱེད་པར་བྱེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་རྒྱ་གང་གི་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་  
མེད་པར་ཐལ། རྒྱ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲད་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པ་ལས་སྤར་ཡང་སྦྱེ་བ་དགག་པ་)ནི།

རྒྱ་རྣམས་དང་ནི་རྒྱུན་དག་གི།

ཚོགས་པ་གང་ཡིན་དེ་ཡིས་ནི། །

བདག་གིས་བདག་ཉིད་མི་སྦྱེད་ན། །

འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་སྦྱེད་པར་བྱེད། ། 23

རྒྱ་རྣམས་དང་ནི་རྒྱུན་དག་གི་ཚོགས་པ་གང་ཡིན་དེ་ཡིས་ནི་ཚོས་ཅན། འབྲས་བུ་ཇི་  
ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་སྦྱེད་པར་བྱེད་མི་རིགས་པར་ཐལ། བདག་གིས་བདག་ཉིད་མི་སྦྱེད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པས་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱས་པ་མེད་པར་  
ཐལ།

དེ་ཕྱིར་ཚོགས་ལས་བྱས་པ་མིན། །

དེའི་ཕྱིར། གྱུ་རྒྱུན་ཚོགས་པས་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་གྱུ་རྒྱུན་མ་  
ཚོགས་པས་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡོད་དོན་ནི།

ཚོགས་མིན་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་རང་མེད། །

གྱུ་རྒྱུན་ཚོགས་པས་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་  
རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་གྱུ་རྒྱུན་ཚོགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དོན་ནི།

འབྲས་བུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །

རྒྱུན་གྱི་ཚོགས་པ་ག་ལ་ཡོད། ། ༢༥

རྒྱུན་གྱི་ཚོགས་པ་རང་བཞིན་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཚོགས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་པའོ། །

ཚོགས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་པའོ། །

རབ་བྱེད་ཉེར་གཅིག་པ། འབྱུང་བ་དང་འཛིག་པ་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་ཉེར་གཅིག་པ། འབྱུང་བ་དང་འཛིག་པ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་དུས་འབྲས་བྱ་འབྱུང་འཛིག་གི་རྒྱ་ཡིན་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས། སྐྱེ་འཛིག་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག། སྐྱེ་འཛིག་རང་བཞིན་གྱིས་འདོད་ན་རྟག་ཆད་ཀྱི་སྐྱོན་  
བསྟན་པ་འོ། །

དང་པོ་(སྐྱེ་འཛིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། བསྐྱབ་བྱ་དགག། སྐྱབ་བྱེད་  
དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(བསྐྱབ་བྱ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། ལྷན་ཅིག་ཡིན་མིན་བརྟགས་ནས་དགག། ཅེན་  
གང་ལ་ཡོད་བརྟགས་ནས་དགག། གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟགས་ནས་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(ལྷན་ཅིག་ཡིན་མིན་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི། དུས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། འབྲས་བྱ་  
འབྱུང་འཛིག་གི་རྒྱ་ཡིན་པ་འཁྱིལ་ཞེ་ན།

འཛིག་པ་འབྱུང་བ་མེད་པར་རམ། །



ལྷན་ཅིག་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན། །  
འབྱུང་བ་འཇིག་པ་མེད་པར་རམ། །  
ལྷན་ཅིག་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན། ། ༡

འཇིག་པ་འབྱུང་བ་མེད་པར་རམ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན།  
འབྱུང་བ་འཇིག་པ་མེད་པར་རམ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། འོག་གི་རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཇི་ལྟར་གཞོད་ན།

འཇིག་པ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ནི། །  
ཇི་ལྟར་བྱུང་ན་ཡོད་པར་འགྱུར། །  
སྐྱེ་བ་མེད་པར་འཆི་བར་འགྱུར། །  
འཇིག་པ་འབྱུང་བ་མེད་པར་མེད། ། ༢

འཇིག་པ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ནི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ན་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ་འཇིག་པའི་འབྱུང་བ་མེད་  
པར་མེད་དེ། སྐྱེ་བ་མེད་པར་འཆི་བར་འབྱུང་བ་མི་བྱུང་བའི་ཕྱིར།

འཇིག་པ་འབྱུང་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །  
ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །  
འཆི་བ་སྐྱེ་དང་དུས་གཅིག་ཏུ། །

## ཡོད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ༡ ༣

འཇིག་པ་འབྱུང་བ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཇི་ལྟ་བུར་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་འབྱུང་ཏེ་  
མི་འབྱུང་བར་ཐལ། འཆིབ་སྐྱེ་དང་དུས་གཅིག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འབྱུང་བ་འཇིག་པ་མེད་པར་ནི། ༡

ཇི་ལྟ་བུར་ན་ཡོད་པར་འབྱུང་། ༡

དངོས་པོ་རྣམས་ལ་མི་རྟག་ཉིད། ༡

ནམ་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ༡ ༤

འབྱུང་བ་འཇིག་པ་མེད་པར་ནི་ཇི་ལྟ་བུར་ནི་ཡོད་པར་འབྱུང་ཏེ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ།  
དངོས་པོ་རྣམས་ལ་མི་རྟག་ཉིད་ནམ་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འབྱུང་བ་འཇིག་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། ༡

ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་འབྱུང་། ༡

སྐྱེ་བ་འཆི་དང་དུས་གཅིག་ཏུ། ༡

ཡོད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ༡ ༥

འབྱུང་བ་འཛིན་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཇི་ལྟ་བུར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་འབྱུང་ཏེ་མི་  
འབྱུང་བར་ཐལ། སྐྱེ་བ་འཆི་བ་དང་དུས་གཅིག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གང་དག་པོ་ལྷན་ཅིག་གམ། ༡

པོ་ལྷན་ཅིག་མ་ཡིན་པར། ༡

གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། ༡

དེ་དག་གྲུབ་པ་ཇི་ལྟར་ཡོད། ༡ ༦

འབྱུང་འཛིན་དེ་དག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཇི་ལྟར་ཡོད་དེ་མེད་པར་  
ཐལ། བྱོད་གང་དག་པོ་ལྷན་ཅིག་རང་བཞིན་གྱིས་ལྷན་ཅིག་གམ་པོ་ལྷན་ཅིག་མ་  
ཡིན་པར་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རྟོག་གང་ལ་ཡོད་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི།

ཟད་ལ་འབྱུང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། ༡

ཟད་པ་ལ་འབྱུང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཟད་སྐྱེ་གཉིས་དུས་གཅིག་ཏུ་  
མེད་པའི་ཕྱིར།

མ་ཟད་པ་ལ་འང་འབྱུང་བ་མེད། །

མ་ཟད་པ་ལ་འང་འབྱུང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། མ་ཟད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་  
དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར།

ཟད་ལ་འཇིག་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཟད་པ་ལ་འཇིག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་འཇིག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་  
མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར།

མ་ཟད་པ་ལ་འང་འཇིག་པ་མེད། ། ༢

མ་ཟད་པ་ལ་འང་འཇིག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། མ་ཟད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་  
ན་འཇིག་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། འབྱུང་འཇིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། དངོས་པོ་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར། །

འབྱུང་དང་འཇིག་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །

འབྱུང་དང་འཇིག་པ་མེད་པར་ནི། །

## དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ༡ ར

དངོས་པོ་དང་འབྱུང་འཇིག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་འབྱུང་  
བ་དང་འཇིག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན། འབྱུང་བ་དང་འཇིག་པ་མེད་པར་ནི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚེས་འདྲ།

སྟོང་ལ་འབྱུང་དང་འཇིག་པ་དག ༡

འཐད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ༡

མི་སྟོང་པ་ལ་འབྱུང་འཇིག་དག ༡

འཐད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ༡ ལ

སྟོང་པ་ལ་འབྱུང་བ་དང་འཇིག་པ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་འཐད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན། རང་  
བཞིན་གྱིས་མི་སྟོང་པ་ལ་འབྱུང་འཇིག་དག་ འཐད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི། ཚེས་འདྲ།

འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་དག ༡

གཅིག་པ་ཉིད་དུ་མི་འཐད་དོ། །  
འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་དག །  
གཞན་ཉིད་དུ་ཡང་མི་འཐད་དོ། ། ༡༠

འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་དག་གཅིག་པ་ཉིད་ནི་མི་འཐད། འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་  
དག་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཉིད་དུ་འང་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་)ལ་གཉིས། མཐོང་བ་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་པ་དང་། དེའི་སྐྱབ་  
བྱེད་བསྟན་པ་འོ། །

དང་པོ་(མཐོང་བ་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་པ་)ནི།

འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་དག །  
མཐོང་དོ་སྐྱམ་དུ་བྱོད་སེམས་ན། །

འབྱུང་འཇིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་བདག་མཐོང་བའི་ཕྱིར་  
སྐྱམ་དུ་བྱོད་སེམས་ན། བྱབ་པ་མ་ངེས་ཏེ།

འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་དག །  
གཏི་མུག་ཉིད་གྱིས་མཐོང་བ་ཡིན། ། ༡༡

འབྱུང་བ་དང་ནི་འཛིག་པ་དག་གཉི་མུག་ཉིད་གྱིས་བསྐྱེད་ནས་བདེན་པར་མཐོང་བ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(དེའི་སྐྱབ་བྱེད་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས། འབྱུང་འཛིག་རང་དང་རིགས་མཐུན་མི་མཐུན་  
ལས་སྐྱེ་བ་དག་ག། དངོས་པོ་རང་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དག་ག་པའོ། །

དང་པོ་(འབྱུང་འཛིག་རང་དང་རིགས་མཐུན་མི་མཐུན་ལས་སྐྱེ་བ་དག་ག་པ་)ནི། འབྱུང་འཛིག་བདེན་པར་  
སྐྱེ་བ་གཉི་མུག་གིས་བསྐྱེད་པར་ཅིས་གྲུབ་ཅེན། རིགས་པས་གྲུབ་སྟེ།

དངོས་པོ་དངོས་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། །

དངོས་པོ་དངོས་མེད་ལས་མི་སྐྱེ། །

དངོས་མེད་དངོས་མེད་མི་སྐྱེ་སྟེ། །

དངོས་མེད་དངོས་ལས་མི་སྐྱེ་འོ། ། ༡༢

འབྱུང་འཛིག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་དངོས་པོ་ལས་མི་སྐྱེ། དངོས་པོ་  
དངོས་མེད་ལས་མི་སྐྱེ། དངོས་མེད་དངོས་མེད་ལས་མི་སྐྱེ། དངོས་མེད་དངོས་པོ་ལས་  
མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།



གཉིས་པ་ (དངོས་པོ་རང་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་) རི། དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། ཇི་ལྟར་རང་  
བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ།

དངོས་པོ་བདག་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། ༡  
གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཉིད་མ་ཡིན། ༡  
བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ནི། ༡  
ཡོད་མིན་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། ༡ ༡༣

བདག་ལས་མི་སྐྱེ་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཉིད་མ་ཡིན། བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་  
སྐྱེ་བ་ནི་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (སྐྱེ་འཇིག་རང་བཞིན་གྱིས་འདོད་ན་རྟག་ཆད་ཀྱི་སྐྱོན་བསྟན་པ་) རི།

དངོས་པོ་ཡོད་པར་ཁས་སྦྱངས་ན། ༡  
རྟག་དང་ཆད་པར་ལྟ་བར་ནི། ༡  
ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ་དངོས་དེ་ནི། ༡  
རྟག་དང་མི་རྟག་འགྱུར་ཕྱིར་རོ། ༡ ༡༤

དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་ཁས་སྒྲུངས་ན། ཉམ་པ་དང་ཆད་པར་ལྟ་བར་ཐལ་  
བར་འབྱུང་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་དེ་ཉམ་པར་བལྟས་ན་ཉམ་ལྟ་དང་།  
མི་ཉམ་པར་བལྟས་ན་ཆད་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

དངོས་པོ་ཡོད་པར་ཁས་སྒྲུངས་ཀྱང་། །  
ཆད་པར་མི་འབྱུང་ཉམ་མི་འབྱུང་། །  
འབྲས་བུ་རྒྱ་ཡི་འབྱུང་འཇིག་གི །  
རྒྱན་དེ་སྤྲིད་པ་ཡིན་ཕྱིར་རོ། ། ༡༥

དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་ཁས་སྒྲུངས་ཀྱང་ཆད་པར་མི་འབྱུང་ཉམ་པར་མི་  
འབྱུང་ཏེ། འབྲས་བུ་རྒྱ་ཡི་འབྱུང་འཇིག་གི་རྒྱན་དེ་སྤྲིད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།

འབྲས་བུ་རྒྱ་ཡི་འབྱུང་འཇིག་གི །  
རྒྱན་དེ་སྤྲིད་པ་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །

འབྲས་བུ་རྒྱ་ཡི་འབྱུང་འཇིག་གི་རྒྱན་དེ་སྤྲིད་པ་ཡིན་པར་འབྱུང་ན།

འཇིག་ལ་ཡང་སྐྱེ་མེད་པའི་ཕྱིར། །  
རྒྱ་ནི་ཆད་པར་ཐལ་བར་འབྱུང་། ། ༡༦

རྒྱ་རྒྱུན་ནི་ཆད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ།   རྒྱ་འཇིག་པ་སྟེ་ཞིག་པ་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། །

དངོས་པོ་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ན། །  
དངོས་མེད་འགྱུར་བར་མི་རིགས་སོ། །  
མྱ་ངན་འདས་པའི་དུས་ན་ཆད། །  
སྲིད་རྒྱུན་རབ་ཏུ་ཞི་ཕྱིར་རོ། ། ༡༧

དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། ཕྱིས་དངོས་མེད་དུ་འགྱུར་བ་ མི་རིགས་པར་ཐལ། ངོ་བོ་ཉིད་  
གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལྷག་མེད་གྱི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་དུས་ན་ཆད་པར་ཐལ།  
དེའི་དུས་ན་སྲིད་པ་ཐུང་པོའི་རྒྱུན་རབ་ཏུ་ཞི་བའི་ཕྱིར། ལྷགས་བྱབ་ཁས་སོ། །  
སྲིད་རྒྱུན་རབ་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ།

ཐ་མ་འགགས་པར་གྱུར་པ་ན། །  
སྲིད་པ་དང་པོ་རིགས་མི་འགྱུར། །  
ཐ་མ་འགགས་པར་མ་གྱུར་ཆོ། །  
སྲིད་པ་དང་པོ་རིགས་མི་འགྱུར། ། ༡༨

སྲིད་པ་ཐ་མ་འགགས་པར་གྱུར་པ་ན་སྲིད་པ་དང་པོ་སྐྱེ་བ་རིགས་པར་མི་འགྱུར་བའི་  
ཕྱིར་དང་། སྲིད་པ་ཐ་མ་འགགས་པར་མ་གྱུར་པའི་ཆོ་སྲིད་པ་དང་པོ་སྐྱེ་བ་རིགས་པར་  
མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་ཐ་མ་འགག་བཞིན་ན། །

དང་པོ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ན་ནི། །

གལ་ཏེ་སྲིད་པ་ཐ་མ་འགག་བཞིན་པ་ན། སྲིད་པ་དང་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་  
རོ་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་སྲིད་པ་མི་མཐུན་པ་གཉིས་ཀ་ཅིག་ཅར་ཡོད་པར་ཐལ།

འགག་བཞིན་པ་ནི་གཅིག་འགྱུར་ཞིང་། །

སྐྱེ་བཞིན་པ་ཡང་གཞན་དུ་འགྱུར། ། ༢༠

འགག་བཞིན་པ་མིའི་སྲིད་པ་ནི་གཅིག་དུ་འགྱུར་ཞིང་སྐྱེ་བཞིན་པ་ལྟའི་སྲིད་པ་ཡང་  
གཞན་དུ་འགྱུར་ལ། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་ན་རྒྱ་འབྲས་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་འགག་བཞིན་སྐྱེ་བཞིན་དག །

ལྷན་ཅིག་དུ་ཡང་རིགས་མིན་ན། །

ཕུང་པོ་གང་ལ་འཆི་འགྱུར་བ། །

དེ་ལ་སྐྱེ་བ་འགྱུར་འགྱུར་རམ། ། ༢༡

ཕུང་པོ་གང་ལ་གནས་ནས་འཆིབས་འབྱུང་བ་དེ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་དང་འབྱུང་བར་  
འབྱུང་རམ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ། གལ་ཏེ་འགག་བཞིན་སྐྱེ་བཞིན་དག་ལྷན་ཅིག་ཏུ་  
རིགས་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། སྲིད་རྒྱན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ།

དེ་ལྟར་དུས་གསུམ་དག་ཏུ་ཡང་། །

སྲིད་པའི་རྒྱན་ནི་མི་རིགས་ན། །

དུས་གསུམ་དག་ཏུ་གང་མེད་པ། །

དེ་ནི་ཇི་ལྟར་སྲིད་པའི་རྒྱན། ། ༢༡

དེ་ལྟར་དུས་གསུམ་དག་ཏུ་ཡང་སྲིད་པའི་རྒྱན་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར།  
ཁྱབ་སྟེ། དུས་གསུམ་དག་ཏུ་གང་མེད་པ་དེ་ནི་ཇི་ལྟར་སྲིད་པའི་རྒྱན་དུ་མི་རིགས་པའི་  
ཕྱིར།

འབྱུང་བ་དང་འཇིག་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་གཅིག་པའོ།།

འབྱུང་བ་དང་འཇིག་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་གཅིག་པའོ།།

རབ་བྱེད་ཉེར་གཉིས་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་ཉེར་གཉིས་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྟག་པ།

ལྷ་པ་སྲིད་རྒྱུ་རབ་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ལ་གཉིས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རབ་བཞིན་  
གྱིས་ཡོད་པར་དགག། ཉན་མོངས་རབ་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རབ་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་དགག་པ་)ལ་བཞི། དངོས་དང་། དེ་ལ་ལོག་  
རྟོག་གཞན་གྱི་གནས་མེད་པ། ལོག་པར་བབྱུང་བའི་ཉེས་དམིགས། རིགས་པ་དེ་  
གཞན་ལ་འང་སྐྱར་བའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གསུམ། ལེན་པ་པོ་རབ་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག། ། སྒྲང་བྱ་རབ་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག། ། མཚུག་བསྐྱར་བའོ། །

དང་པོ་(ལེན་པ་པོ་རབ་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྫས་ཡོད་  
དགག། ། སྐྱུང་པོ་ལ་བརྟེན་པ་རབ་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྫས་ཡོད་དགག་པ་)ནི། སྲིད་རྒྱུ་རབ་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་རབ་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ཕུང་མིན་ཕུང་པོ་ལས་གཞན་མིན། །

དེ་ལ་ཕུང་མེད་དེ་དེར་མེད། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཕུང་ལྡན་མིན། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གང་ཞིག་ཡིན། ། ༡

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གང་ཞིག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། ཕུང་པོ་དང་གཅིག་  
མིན་ཕུང་པོ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་མིན་ཁྱོད་ལ་ཕུང་པོ་དང་ཕུང་པོ་དེར་ཁྱོད་རང་  
བཞིན་གྱིས་བརྟེན་པ་མེད་ཕུང་པོ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་ལྡན་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ལེན་པ་  
པོ་དང་སྤང་བྱར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ནི།

གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཕུང་པོ་ལ། །

བརྟེན་ནས་.....། །

གལ་ཏེ་མང་བཟུར་བ་ན་རེ། དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་ཕུང་པོ་  
ལ་བརྟེན་ནས་འདོགས་སོ་ཞེ་ན།



.....རང་བཞིན་ལས་ཡོད་མིན། 1

རང་བཞིན་ལས་ནི་གང་མེད་པ། 1

དེ་གཞན་དངོས་ལས་ག་ལ་ཡོད། 1 2

ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་ཉིད་ལས་ཡོད་པ་མིན་པར་ཐལ། ཉེན་ནས་བཏགས་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་དངོས་ལས་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། རང་  
བཞིན་ལས་ནི་གང་མེད་པའི་ཕྱིར།

གང་ཞིག་གཞན་གྱི་དངོས་བརྟེན་ནས། 1

རང་དངོས་ལས་མེད་ཀྱང་གང་ཞིག་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

དེ་བདག་ཉིད་དུ་མི་འཐད་དོ། 1

གང་ཞིག་བདག་ཉིད་མེད་པ་དེ། 1

ཇི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པར་འགྱུར། 1 3

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཆོས་ཅན། བདག་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཇི་ལྟར་བདེན་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་  
བར་ཐལ། གང་ཞིག་བདག་ཉིད་ཀྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཆོས་ཅན།

གལ་ཏེ་རང་བཞིན་ཡོད་མིན་ན། 1

གཞན་དངོས་ཡོད་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར། 1

སྤང་པོ་ལས་གཞན་དངོས་སུ་ཡོད་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། གལ་ཏེ་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

རང་བཞིན་དང་ནི་གཞན་དངོས་དག 1

མ་གཏོགས་དེ་བཞིན་གཤེགས་དེ་གང་། 1 ར

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གང་དེ་ཚོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། རང་བཞིན་དང་  
ནི་གཞན་དངོས་དག་མ་གཏོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(ལེན་པ་པོ་དང་སྤང་བྱར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་  
སྤང་པོ་ལེན་པ་པོ་དང་སྤང་བྱར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དོན་ནི། དེ་མེད་པར་ཐལ།

གཤམ་ཏེ་སྤང་པོ་ལ་མ་བརྟེན་པར། །  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འགའ་ཡོད་ན། །  
དེ་ནི་ད་གཤོད་རྟེན་འབྱུང་ཞིང། །  
བརྟེན་ནས་དེ་ནས་འབྱུང་ལ་རག། ༥

སྤང་པོ་རྣམས་ལ་མ་བརྟེན་པར། །  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འགའ་ཡང་མེད། །

གཤམ་ཏེ་སྤང་པོ་ལ་མ་བརྟེན་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འགའ་ཡོད་ན་དེ་ནི་ད་གཤོད་སྤང་  
པོ་ལ་བརྟེན་པར་འབྱུང་ཞིང་བརྟེན་ནས་དེ་ནས་སྤང་པོ་ལེན་པ་པོར་འབྱུང་ལ་རག་ན།  
སྤང་པོ་རྣམས་ལ་མ་བརྟེན་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འགའ་ཡང་མེད་པའི་བྱིར།

གང་ཞིག་མ་བརྟེན་ཡོད་མིན་ན། །  
དེས་ནི་ཇི་ལྟར་ཉར་ལེན་འབྱུང། ། ༦

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེས་ནི་ཆོས་ཅན། ཇི་ལྟར་སྤང་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཉར་ལེན་  
འབྱུང་ཏེ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ། གང་ཞིག་སྤང་པོ་ལ་མི་བརྟེན་པ་ཡོད་པ་མིན་པའི་བྱིར།  
ཆོས་ཅན།

ཉེ་བར་སྤངས་པ་མ་ཡིན་པ། །  
ཉེ་བར་ལེན་པར་ཅིས་མི་འབྱུང། །

ཕུང་པོ་དེ་ཉི་ཐར་ལེན་པར་ཅིས་ཀྱང་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། ཕུང་པོ་ཉི་ཐར་སྒྲངས་པ་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

ཉི་ཐར་ལེན་པ་མེད་པ་ཡི། 1  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཅི་ཡང་མེད། 2

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཅི་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། ཉི་ཐར་ལེན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་  
མེད་པའི་ཕྱིར།

རྣམ་པ་ལྡས་ནི་བཅའ་བྱས་ན། 1  
གང་ཞིག་དེ་ཉིད་གཞན་ཉིད་དུ། 1  
མེད་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ། 1  
ཉི་ཐར་ལེན་པས་ཇི་ལྟར་གདགས། 2

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ཉི་ཐར་ལེན་པས་ཇི་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་གདགས་  
སྟུ་མི་རུང་བར་ཐལ། རྣམ་པ་ལྡས་ནི་བཅའ་བྱས་ན་གང་ཞིག་དེ་ཉིད་  
དང་གཞན་ཉིད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(སྒྲངས་བྱར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ནི།

གང་ཞིག་ཉེ་བར་སྒྲུང་བ་དེ། །  
དེ་ནི་རང་བཞིན་ལས་ཡོད་མིན། །  
བདག་གི་དངོས་ལས་གང་མེད་པ། །  
དེ་གཞན་དངོས་ལས་ཡོད་རེ་སྐྱེན། ། ༩

གང་ཞིག་ཉེ་བར་སྒྲུངས་པ་ཕུང་པོ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་ལས་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། ཉེན་  
འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་དངོས་ལས་དོན་དམ་ བར་ཡོད་རེ་སྐྱེན་ཏེ་  
མེད་པར་ཐལ། བདག་གི་དངོས་པོ་ལས་གང་མེད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(མཚུག་བསྟུ་བ་)ནི།

དེ་ལྟར་ཉེ་བར་སྒྲུང་ཉེར་ལེན་པོ། །  
རྣམ་པ་ཀུན་གྱིས་སྟོང་པ་ཡིན། །  
སྟོང་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་སྟོང་པ། །  
ཇི་ལྟ་བུར་ན་འདོགས་པར་འབྱུང། ། ༡༠

ཕུང་པོ་སྟོང་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟོང་པ་ཇི་ལྟ་བུར་ནི་དོན་དམ་པར་འདོགས་པར་  
འབྱུང་ཏེ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཉེ་བར་སྒྲུང་བྱ་དང་། ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་རྣམས་ཀུན་  
གྱིས་དོན་དམ་པར་སྟོང་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(དེ་ལ་ལོག་རྟོག་གཞན་གྱི་གནས་མེད་པ་)ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རང་བཞིན་ གྱིས་  
མེད་ན་སྐྱར་འདེབས་སུ་འབྱུང་རོ་ཞེ་ན། མི་འབྱུང་ཏེ།

སྟོང་ངོ་ཞེས་ཀྱང་མི་བརྗོད་དེ། །  
མི་སྟོང་ཞེས་ཀྱང་མི་བྱ་ཞིང་། །  
གཉིས་དང་གཉིས་མིན་མི་བྱ་སྟེ། །  
གདགས་པའི་དོན་དུ་བརྗོད་པར་བྱ། ། ༡༡

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པས་སྟོང་ངོ་ཞེས་ཀྱང་མི་རྗོད། དོན་དམ་པར་མི་སྟོང་  
ཞེས་ཀྱང་མི་བྱ་ཞིང་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་དང་གཉིས་ཀ་མིན་ཞེས་མི་བྱ་བར་གདགས་  
པའི་དོན་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

རྟག་དང་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཞི། །  
ཞི་བ་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། །  
མཐའ་དང་མཐའ་མེད་ལ་སོགས་བཞི། །  
ཞི་བ་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། ། ༡༢

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འདི་ལ་ཆོས་ཅན། རྟག་དང་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཞི་དོན་དམ་པར་  
ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་ཞི་བའི་ཕྱིར། འདི་ལ་ཆོས་ཅན། མཐའ་  
དང་མཐའ་མེད་ལ་སོགས་བཞི་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་ཞི་བའི་  
ཕྱིར།

གང་གིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་ཡོད་ཅེས། །

འཛིན་པ་སྤྱད་པོ་བཟུང་གྱུར་པ། །

དེ་ནི་ཕྱ་དན་འདས་པ་ལ། །

མེད་ཅེས་རྣམ་རྟོག་རྟོག་པར་བྱེད། ། ༡༣

དངོས་སྤྱོད་བ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཕྱ་དན་ལས་འདས་པ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡོད་ཅེས་  
སམ་མེད་ཅེས་རྣམ་རྟོག་རྟོག་པར་བྱེད་དེ། བྱོད་གང་གི་བདེན་པར་འཛིན་པར་སྤྱད་པོས་  
བཟུང་བར་གྱུར་པའི་ཕྱིར།

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་དེ་ལ། །

སངས་རྒྱས་ཕྱ་དན་འདས་ནས་ནི། །

ཡོད་དོ་ཞེ་འམ་མེད་དོ་ཞེས། །

བསམ་པ་འབྲད་པ་ཉིད་མི་འགྱུར། ། ༡༤

སངས་རྒྱས་ཆོས་ཅན། ཕྱ་དན་ལས་འདས་ནས་ནི་ཡོད་དོ་ཞེ་འམ་མེད་དོ་ཞེས་བསམ་པ་  
ལྟར་འབྲད་པ་ཉིད་མི་འགྱུར་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པའི་ཕྱིར།  
གསུམ་པ་(ལོག་པ་བཟུངས་བའི་ཉེས་དམིགས་)ནི།



གང་དག་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་པ་འདས་ཤིང་། །  
ཟད་པ་མེད་ལ་སྤྱོད་བྱེད་པ། །  
སྤྱོད་པས་ཉམས་པ་དེ་ཀླན་གྱིས། །  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མཐོང་མི་འགྱུར། ། ༡༥

གང་དག་དངོས་སྤྱོད་བ་དེ་ཀླན་གྱི་ཆོས་ཅན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆོས་ཉིད་ མཐོང་  
བར་མི་འགྱུར་ཏེ། སངས་རྒྱས་སྤྱོད་པ་འདས་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་ཟད་པ་མེད་པ་སྤྱོད་  
པར་བྱེད་པའི་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་མིག་ཉམས་པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་ (རིགས་པ་དེ་གཞན་ལ་འང་སྦྱར་བ་) རྟོག་པོ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རང་བཞིན་གང་། །  
དེ་ནི་འགྲོ་འདིའི་རང་བཞིན་ཡིན། །  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རང་བཞིན་མེད། །  
འགྲོ་བ་འདི་ཡི་རང་བཞིན་མེད། ། ༡༦

དེ་བཞིན་གཤེགས་པར་རང་བཞིན་མེད་པ་ལྟར་འགྲོ་བ་འདི་ལ་རང་བཞིན་མེད་དེ། དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་རང་བཞིན་སྟོང་ཉིད་གང་དེ་ནི་འགྲོ་བ་འདིའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་གཉིས་པའོ། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་གཉིས་པའོ། །

རབ་བྱེད་ཉེར་གསུམ་པ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྟག་པ། .....

རབ་བྱེད་ཉེར་གསུམ་པ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་ཉོན་མོངས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། དེ་  
སྤྱོད་བའི་ཐབས་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་ལྟ། ཉེན་འབྲེལ་གྱི་རྟགས་ཀྱིས་དགག། ཉེན། རྒྱ། དམིགས་པ་རང་  
བཞིན་མེད་པར་རྟགས་ཀྱིས་དགག། རྒྱ་རང་བཞིན་མེད་པའི་རྟགས་གཞན་གྱིས་  
དགག་པའོ། །

དང་པོ་(རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་པ་)ནི། སྲིད་རྒྱུན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། རྒྱ་ཉོན་  
མོངས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་གཏི་མུག་རྣམས། 1

ཀུན་ཏུ་རྟོག་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས། 1

སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་ཕྱིན་ཅི་ལོག། 1

བརྟེན་པ་ཉིད་ལས་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་། 12

གང་དག་སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་དང་། 1

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བརྟེན་འབྱུང་བ། 1

དེ་དག་རང་བཞིན་ལས་མེད་དེ། 1

དེ་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་ཡང་དག་མེད། 1 2

ཉོན་མོངས་ཡང་དག་པར་མེད་དེ། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་གཏི་མུག་རྣམས་ཀུན་ཏུ་རྟོག་  
པ་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས་ཤིང་སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་བརྟེན་པ་ཉིད་ལས་  
ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། གང་དག་སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་དང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་བརྟེན་  
ནས་འབྱུང་བ་དེ་དག་རང་བཞིན་ལས་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རྟེན་རང་བཞིན་མེད་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་པ་)ནི།

བདག་གི་ཡོད་ཉིད་མེད་ཉིད་ནི། 1  
ཇི་ལྟ་བུར་ཡང་གྲུབ་པ་མེད། 1  
དེ་མེད་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱི་ནི། 1  
ཡོད་ཉིད་མེད་ཉིད་ཇི་ལྟར་འགྲུབ། 1 3

ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱི་ཡོད་ཉིད་མེད་ཉིད་ནི་ཇི་ལྟ་བུར་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འགྲུབ་པར་  
ཐལ། བདག་གི་ཡོད་ཉིད་མེད་ཉིད་ནི་ཇི་ལྟ་བུར་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། བྱུང་སྟེ།

ཉོན་མོངས་དེ་དག་གང་གི་ཡིན། 1  
དེ་ཡང་གྲུབ་པ་ཡོད་མ་ཡིན། 1  
འགའ་མེད་པར་ནི་གང་གི་ཡང་། 1  
ཉོན་མོངས་པ་དག་ཡོད་མ་ཡིན། 1 2

ཉོན་མོངས་འདི་དག་གང་གི་ཡིན་པའི་རྟེན་དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་ཞིང་རྟེན་འགའ་མེད་པར་ནི་གང་གི་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཉོན་མོངས་ལ་བརྟེན་བདག་མེད་ཀྱང་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ།

རང་ལུས་ལྟ་བཞིན་ཉོན་མོངས་རྣམས། 1

ཉོན་མོངས་ཅན་ལ་རྣམ་ལྟར་མེད། 1

རང་ལུས་ལྟ་བཞིན་ཉོན་མོངས་ཅན། 1

ཉོན་མོངས་པ་ལ་རྣམ་ལྟར་མེད། 1 ཡ

རང་ལུས་ལ་ལྟ་བའི་འཇིག་རྟེན་ཡུལ་བདག་དེ་དབྱེད་ན་མེད་པ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་  
རྣམས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ལ་རྣམ་པ་ལྟར་དབྱེད་ན་མེད་ཅིང་རང་ལུས་ལ་ལྟ་བའི་  
འཇིག་རྟེན་ཡུལ་བདག་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་ཅན་དེ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་རྣམ་པ་ལྟར་དབྱེད་  
ན་མེད་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་(རྒྱ་རང་བཞིན་མེད་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་པ་)ནི།

སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་བྱིན་ཅི་ལོག། 1

རང་བཞིན་ལས་ནི་ཡོད་མིན་ན། 1

སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་བྱིན་ཅི་ལོག། 1

བརྟན་ནས་ཉོན་མོངས་གང་དག་ཡིན། 1 ར

སྤྱག་མི་སྤྱག་དང་བྱིན་ཅི་ལོག་ལ་བརྟན་ནས་ཉོན་མོངས་གང་དག་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱག་མི་སྤྱག་དང་བྱིན་ཅི་ལོག་རང་བཞིན་ལས་ནི་ཡོད་པ་མིན་པའི་  
བྱིར།

བཞི་པ་ (དམིགས་པ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟགས་གྱིས་དགག་པ་) བློ་མོངས་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོད་དེ། དེའི་དམིགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གཟུགས་སྒྲོ་རོ་དང་རེག་པ་དང་། །  
དྲི་དང་ཆོས་དག་རྣམ་ཐུག་ནི། །  
གཞི་སྟེ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་དང་། །  
གཏི་ཐུག་གི་ནི་ཡིན་པར་བརྟགས། ། ༧

གཟུགས་སྒྲོ་རོ་དང་རེག་པ་དང་དྲི་དང་ཆོས་དག་རྣམ་པ་ཐུག་ནི་ཆོས་ཅན། འདོད་  
ཆགས་དང་ཞེ་སྒྲུང་དང་གཏི་ཐུག་གི་གཞི་ཡིན་པར་བརྟགས་ཏེ། ཐུག་མི་ཐུག་ཕྱིན་ཅི་  
ལོག་ཏུ་སྒྲོ་བརྟགས་ནས་ཐུག་གསུམ་སྟེ་བའི་ཕྱིར།

གཟུགས་སྒྲོ་རོ་དང་རེག་པ་དང་། །  
དྲི་དང་ཆོས་དག་འབར་ཞིག་སྟེ། །  
དྲི་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ལྟ་བུ་དང་། །  
སྒྲིག་རྒྱ་མི་ལམ་འདྲ་བ་ཡིན། ། ༨

གཟུགས་སྒྲོ་རོ་དང་རེག་པ་དང་དྲི་དང་ཆོས་དག་ཆོས་ཅན། བརྟགས་པ་འབར་ཞིག་སྟེ།  
དྲི་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ལྟ་བུ་དང་སྒྲིག་རྒྱ་མི་ལམ་འདྲ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ལྷ་པ་(རྒྱ་རང་བཞིན་མེད་པའི་རྟགས་གཞན་གྱིས་དགག་པ་)ལ་གཉིས། ཆགས་སྒྲུང་གི་རྒྱ། གཏི་  
སྤྱག་གི་རྒྱ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པའོ། །  
དང་པོ་(ཆགས་སྒྲུང་གི་རྒྱ་རང་བཞིན་གྱིས་དགག་པ་)ནི།

རྒྱ་མའི་སྐྱེས་བུ་ལྟ་བུ་དང་། །  
གཟུགས་བརྒྱན་འདྲ་བ་དེ་དག་ལ། །  
སྤྱག་པ་དང་ནི་མི་སྤྱག་པ། །  
འབྱུང་བར་ཡང་ནི་ག་ལ་འབྱུང་། ། ༩

ཡུལ་དེ་དག་ལ་ཆོས་ཅན། སྤྱག་པ་དང་ནི་མི་སྤྱག་པ་དོན་དམ་པར་འབྱུང་བར་ཡང་ནི་ག་  
ལ་འབྱུང་ཏེ། རྒྱ་མའི་སྐྱེས་བུ་ལྟ་བུ་དང་། གཟུགས་བརྒྱན་འདྲ་བའི་ཕྱིར།

གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱག་པ་ཞེས། །  
གདགས་པར་བྱ་བ་མི་སྤྱག་པ། །  
སྤྱག་ལ་མི་སྤྱོས་ཡོད་མིན་པས། །  
དེ་ཕྱིར་སྤྱག་པ་འབྲད་མ་ཡིན། ། ༡༠

དོན་དམ་པར་སྤྱག་པ་འབྲད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱག་པ་ཞེས་གདམས་  
པར་བྱ་བ་མི་སྤྱག་པ་དེ་སྤྱག་པ་ལ་མ་སྤྱོས་པར་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་ཕྱིར།



གང་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྤྱད་པར། །  
 གདགས་པར་བྱ་བ་སྤྱད་པ་ནི། །  
 མི་སྤྱད་མི་ལྟོས་ཡོད་མིན་པས། །  
 དེ་ཕྱིར་མི་སྤྱད་འཐད་མ་ཡིན། ། ༡༡

དོན་དམ་པར་མི་སྤྱད་པ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྤྱད་པར་  
 གདགས་པར་བྱ་བ་སྤྱད་པ་ནི་མི་སྤྱད་པ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་ཕྱིར།

དོན་དམ་པར་འདོད་ཆགས་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ། དོན་དམ་པར་སྤྱད་པ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དོན་དམ་པ་ཞེ་སྤང་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ། དོན་དམ་པར་མི་སྤྱད་པ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(གཉི་མུག་གི་རྒྱ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་རང་བཞིན་  
 གྱིས་ཡོད་པ་དགག། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ལྡན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག། ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་གི་ཡུལ་ཡོད་མེད་བརྟགས་ནས་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(ཕྱིན་ཅི་ལོག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་མི་རྟག་རྟག་པ་ཞེས། །

དེ་ལྟར་འཛིན་པ་ལོག་ཡིན་ན། །

སྟོང་ལ་མི་རྟག་ཡོད་མིན་པས། །

འཛིན་པ་ཇི་ལྟར་ལོག་པ་ཡིན། ། ༡༣

གལ་ཏེ་མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པའོ་ཞེས་དེ་ལྟར་འཛིན་པ་ལོག་པ་ཡིན་ན། སྤང་པོ་ཆོས་ཅན།

རྟག་པར་འཛིན་པ་ཇི་ལྟར་དོན་དམ་པར་ལོག་པ་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པར་བཤམ།

དོན་དམ་པར་མི་རྟག་པ་ཡོད་པ་མིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དོན་དམ་པར་སྟོང་པའི་སྤྱིར།

གལ་ཏེ་མི་རྟག་རྟག་གོ་ཞེས། །

དེ་ལྟར་འཛིན་པ་ལོག་ཡིན་ན། །

སྟོང་ལ་མི་རྟག་པའོ་ཞེས། །

འཛིན་པ་འང་ཇི་ལྟར་ལོག་མ་ཡིན། ། ༡༤

གལ་ཏེ་མི་རྟག་རྟག་གོ་ཞེས་དེ་ལྟར་འཛིན་པ་ལོག་པ་ཡིན་ན། ཆོས་ཅན། མི་རྟག་པའོ་

ཞེས་དོན་དམ་པར་འཛིན་པ་འང་ཇི་ལྟར་ལོག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་པར་སྟོང་པའི་སྤྱིར།

རྟག་འཛིན་དོན་དམ་པར་མེད་ཀྱང་འཛིན་པ་ཅི་མ་དོན་དམ་པར་ཡོད་དོ་

ཞེ་ན།

གང་གིས་འཛིན་དང་འཛིན་གང་དང་། །

འཛིན་པ་པོ་དང་གང་ག་བྱུང་བ། །

ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་སྟེ། །

དེ་ཕྱིར་འཛིན་པ་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༡༥

འཛིན་པ་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གིས་འཛིན་པ་དང་འཛིན་པའི་བྱ་བ་གང་  
དང་འཛིན་པ་པོ་དང་གང་ག་བྱུང་ས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་སྟེ་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་(ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ལྡན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དགག་པ་)ནི། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དོན་དམ་པར་  
ཡོད་དེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ལྡན་པའི་ལྷན་གྱིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ལོག་པ་འམ་ཡང་དག་ཉིད་དུ་ནི། །

འཛིན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །

གང་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡོད་ཅིང་། །

གང་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཡོད། ། ༡༦

གང་ཟག་གང་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་། གང་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། ལོག་པ་འམ་ཡང་དག་ཉིད་དུ་ནི་འཛིན་པ་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་པ་ལ། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་མི་སྲིད་དེ། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མ་གྱུར་ལ། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་མི་སྲིད་དེ། ། ༡༧

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་བཞིན་ལ། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་མི་སྲིད་དེ། །

གང་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་སྲིད་པ། །

བདག་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རྣམ་པར་དཔྱད། ། ༡༨

གང་ཟག་གང་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་སྲིད་པ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རྣམ་པར་དཔྱད་ན་མེད་དེ། ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་པ་ལ་དོན་དམ་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དེ་དག་མི་སྲིད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མ་གྱུར་  
པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་མི་སྲིད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་བཞིན་པ་ལ་དོན་  
དམ་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར།

ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམས་མ་སྦྱོས་ན། །

ཇི་ལྟ་བུར་ན་ཡོད་པར་འགྱུར། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམས་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པར་ཇི་ལྟ་བུར་ན་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་  
བར་ཐལ། དོན་དམ་པར་མ་སྦྱོས་པའི་ཕྱིར།

ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམས་སྐྱེ་མེད་ན། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅན་ག་ལ་ཡོད། ། ༡༩

དོན་དམ་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅན་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། དོན་དམ་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་  
རྣམས་སྐྱེ་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དངོས་པོ་བདག་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། །

གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཉིད་མ་ཡིན། །

བདག་དང་གཞན་ལས་ཀྱང་མིན་ན། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅན་ག་ལ་ཡོད། ། ༢༠

དོན་དམ་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ག་ལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་བདག་ལས་མི་སྐྱེ་  
གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་མིན་པའི་  
ཕྱིར།

གསུམ་པ་(ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཡུལ་ཡོད་མེད་བརྟགས་ནས་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་བདག་དང་གཙང་བ་དང་། 1

རྟག་དང་བདེ་བ་ཡོད་ན་ནི། 1

བདག་དང་གཙང་དང་རྟག་པ་དང་། 1

བདེ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན། 1 27

བདག་དང་གཙང་བ་དང་རྟག་པ་དང་བདེ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ།   གལ་ཏེ་  
བདག་དང་གཙང་བ་དང་རྟག་པ་དང་བདེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།   རྟགས་མ་གྲུབ་ན།

གལ་ཏེ་བདག་དང་གཙང་བ་དང་། 1

རྟག་དང་བདེ་བ་མེད་ན་ནི། 1

བདག་མེད་མི་གཙང་མི་རྟག་དང་། 1

སྟུག་བསྐྱལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། 1 22

བདག་མེད་དང་མི་གཙང་བ་དང་མི་རྟག་པ་དང་སྟུག་བསྐྱལ་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ།   གལ་ཏེ་བདག་དང་གཙང་བ་དང་རྟག་པ་དང་བདེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།   ཕྱིན་ཅི་  
ལོག་དོན་དམ་པར་ཡོད་མེད་དཔྱད་པ་དོན་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་ཏེ།

དེ་ལྟར་བྱིན་ཅི་ལོག་འགགས་པས། །

མ་རིག་པ་ནི་འགག་པར་འགྱུར། །

མ་རིག་འགགས་པར་གྱུར་ན་ནི། །

འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་འགག་པར་འགྱུར། ། 23

དེ་ལྟར་དབྱེད་ནས་བསྐྱོམས་པས་བྱིན་ཅི་ལོག་འགགས་པས་མ་རིག་པ་ནི་འགག་  
པར་འགྱུར། མ་རིག་པ་འགགས་པར་གྱུར་ན་ནི་འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་འགག་པར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(དེ་སྐོང་བའི་ཐབས་དགག་པ་)ནི། ཉོན་མོངས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། དེའི་གཉིན་  
པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་ལ་ལའི་ཉོན་མོངས་པ། །

གང་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། །

ཇི་ལྟ་བུར་ན་སྐོང་བར་འགྱུར། །

ཡོད་པ་སུ་ཞིག་སྐོང་བར་བྱེད། ། 24

གལ་ཏེ་ལ་ལའི་ཉོན་མོངས་པ་གང་དག་ཆོས་ཅན། ཇི་ལྟ་བུར་ན་སྐོང་བར་འགྱུར་ཏེ་ མི་  
འགྱུར་བར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལྱབ་སྟེ། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་སུ་



ཞིག་སྤྱོད་བར་བྱེད་མི་ལུས་པའི་བྱིར།

གལ་ཏེ་ལ་ལའི་ཉོན་མོངས་པ། །  
གང་དག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན། །  
ཇི་ལྟ་བུར་ན་སྤྱོད་བར་འགྱུར། །  
མེད་པ་སུ་ཞིག་སྤྱོད་བར་བྱེད། ། ༢༥

གལ་ཏེ་ལ་ལའི་ཉོན་མོངས་པ་གང་དག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན། ཆོས་ཅན། ཇི་ལྟ་  
བུར་ན་སྤྱོད་བར་བྱེད་མི་དགོས་པར་ཐལ་ལོ། ། བྱབ་སྟེ། མེད་པ་སུ་ཞིག་སྤྱོད་བར་  
བྱེད་མི་དགོས་པའི་བྱིར།

ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་གསུམ་པའོ། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་གསུམ་པའོ། །

རབ་བྱེད་ཉེར་བཞི་པ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བརྟག་པ། .....

རབ་བྱེད་ཉེར་བཞི་པ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས། བདེན་པ་བརྟག་པ་དང་། མྱང་འདས་བརྟག་  
པའོ། །

དང་པོ་(བདེན་པ་བརྟག་པ་)ལ་གཉིས། རྩོད་ལན་གཉིས།

དང་པོ་(རྩོད་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་འདི་དག་ཀྱན་སྟོང་ན། །

འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད། །

འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་རྣམས། །

ཁྱོད་ལ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༡

འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད་པ་དང་། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་དག ། ཁྱོད་ལ་  
མེད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། གལ་ཏེ་འདི་དག་ཀྱན་སྟོང་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།

འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་མེད་པས། 1

ཡོངས་སུ་ཤེས་དང་སྒྲོང་བ་དང་། 1

སྒྲོམ་དང་མངོན་དུ་བྱ་བ་དག 1

འཐད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། 2

ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་སྒྲོང་བ་དང་སྒྲོམ་པ་དང་མངོན་དུ་བྱ་བ་དག་འཐད་པར་  
འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་མེད་པས་སོ། 1 འདོད་ན།

དེ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས། 1

འབྲས་བུ་བཞི་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། 1

འབྲས་བུ་བཞི་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡོངས་ཤེས་སོགས་དེ་དག་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པས་སོ། 1 འདོད་ན།

འབྲས་བུ་མེད་ན་འབྲས་གནས་མེད། 1

ཞུགས་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། 1 3

འབྲས་གནས་མེད་ཅིང་ཞུགས་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་བཞི་  
མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།

གལ་ཏེ་སྐྱེས་བུ་གང་ཟག་བརྒྱད། །

དེ་དག་མེད་ན་དགེ་འདུན་མེད། །

དགེ་འདུན་མེད་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་སྐྱེས་བུ་གང་ཟག་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར།

འཕགས་པའི་བདེན་རྣམས་མེད་པའི་ཕྱིར། །

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། ། ར

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་རྣམས་མེད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན།

ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ཡོད་མིན་ན། །

སངས་རྒྱས་ཇི་ལྟར་ཡོད་པར་འགྱུར། །

སངས་རྒྱས་ཇི་ལྟར་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན།

དེ་སྐད་སྟོང་པ་ཉིད་སྟེ། །

དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གནོད་པ་ནི། ། ལ

བྱེད་ཅིང་.....། །

དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གནོད་པ་ནི་བྱེད་པར་ཐལ། རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་སྐད་དུ་སྟོང་པ་  
ཉིད་སྟེ། བའི་ཕྱིར།

.....འབྲས་བུ་ཡོད་པ་དང་། །  
 ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཆོས་ཉིད་དང་། །  
 འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཐ་སྟད་ནི། །  
 ཀྱན་ལ་འང་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན། ། ༦

འབྲས་བུ་ཡོད་པ་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་ཆོས་ཉིད་དང་འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཐ་སྟད་ནི་ཀྱན་  
 ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཡི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་(ལན་)ལ་བཞི། རྟེན་འབྱུང་མ་རྟོགས་པ་ཡི་རྩོད་པར་བསྟན་པ། སྟོང་པ་རྟེན་  
 འབྱུང་གི་དོན་དུ་བསྟན་པ། གཞན་ལ་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་མི་འཐད་པ། རྟེན་འབྱུང་  
 གི་དེ་ཉིད་མཐོང་ན་བདེན་བཞིན་དེ་ཉིད་མཐོང་བའོ། །

དང་པོ་(རྟེན་འབྱུང་མ་རྟོགས་པ་ཡི་རྩོད་པར་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས། དངོས་དང་། རང་གཞན་ལ་  
 རྣམ་གཞག་རུང་མི་རུང་གི་བྱུང་པར་འོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གཉིས། དེ་ལྟར་རྩོད་པས་དོན་གསུམ་མ་རྟོགས་པར་བསྟན། བདེན་  
 གཉིས་མ་རྟོགས་པར་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(དེ་ལྟར་རྩོད་པས་དོན་གསུམ་མ་རྟོགས་པར་བསྟན་པ་)ནི། རྩོད་པ་དེ་ལ་ལན་བཤད་པ།  
 དངོས་སྒྲིབ་བ་ཆོས་ཅན། བདེན་སྟོང་ཡིན་པས་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་ཁྱོད་ཉིད་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་

པ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་བསྟན་པའི་དགོས་པ་དང་སྟོད་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་སྟོད་  
 ཉིད་ཀྱིས་དོན་མ་རྟོགས་པ་དེའི་ཕྱིར། དགོས་པ་ནི་བདེན་འཛིན་བསྐྱོག་པའོ། ། ངོ་བོ་ནི།  
 གཞན་ལས་ཤེས་མིན་ཞི་བ་དང་། ། ཞེས་སོགས་བསྟན་པ་ལྟར་རོ། ། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
 ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པའོ། །

གཉིས་པ་(བདེན་གཉིས་མ་རྟོགས་པར་བསྟན་པ་)ལ་ལྟ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ། བདེན་གཉིས་  
 མི་ཤེས་ན་གསུང་རབ་ཀྱི་དེ་ཉིད་མི་ཤེས། བདེན་གཉིས་བསྟན་པའི་དགོས་པ། བདེན་  
 གཉིས་ལ་ལོག་པར་བཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས། བདེན་གཉིས་རྟོགས་དཀའ་བས་དང་  
 བོར་མ་གསུངས་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(བདེན་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་)ནི། སྟོད་ཉིད་ཀྱི་དགོས་པ་སོགས་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་གྲུག་ཀ་  
 ཚོལ་བ་དེ་སྤྲོ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་མི་ཤེས་པ་རྣམས་ཡིན་ལ།  
 དེ་བསྐྱོག་པ་ལ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ཤེས་དགོས་པས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ། །

བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བརྟེན། །

འཇིག་རྟེན་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། །

དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པའོ། ། བ

སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ་ཆོས་ཅན། བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་པར་  
བརྟེན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་པའི་  
ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (བདེན་གཉིས་མི་ཤེས་ན་གསུང་རབ་ཀྱི་དེ་ཉིད་མི་ཤེས་པ་) ཉི།

གང་དག་བདེན་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི། 1

རྣམ་དབྱེ་རྣམ་པར་མི་ཤེས་པ། 1

དེ་དག་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ནི། 1

ཟབ་མོའི་དེ་ཉིད་རྣམ་མི་ཤེས། 1 ཅ

དངོས་སྤྲུལ་བ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི་ཟབ་མོ་འདི་ཉིད་རྣམ་  
པར་མི་ཤེས་ཏེ། གང་དག་བདེན་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་རྣམ་པར་མི་ཤེས་པའི་  
ཕྱིར།

གསུམ་པ་ (བདེན་གཉིས་བསྟན་པའི་དགོས་པ་) ཉི། བདེན་གཉིས་བསྟན་པ་ལ་དོན་ཡོད་དེ།



ཐ་སྐྱད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། །  
དམ་པའི་དོན་ནི་བསྟན་མི་ཉུས། །  
དམ་པའི་དོན་ནི་མ་རྟོགས་པར། །  
ཐུ་ངན་འདས་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། ། ༡༠

ཐ་སྐྱད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར་དམ་པའི་དོན་ནི་བསྟན་མི་ཉུས། དམ་པའི་དོན་ནི་མི་རྟོགས་  
པར་ཐུ་ངན་འདས་པ་ཐོབ་མི་ཉུས་པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་(བདེན་གཉིས་ལ་ལོག་པར་བཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས་)ནི། དངོས་སྒྲ་བ་ཆོས་ཅན།

སྟོང་པ་ཉིད་ལ་བཏུ་ཉེས་ན། །  
ཤེས་རབ་རྒྱུད་རྣམས་ཕུང་བར་འགྱུར། །  
ཇི་ལྟར་སྒྲུལ་ལ་གཟུང་ཉེས་དང། །  
རིག་སྤྲུགས་ཉེས་པར་བསྒྱབས་པ་བཞིན། ། ༡༡

ཤེས་རབ་རྒྱུད་བ་རྣམས་ཕུང་བར་བྱེད་དེ། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ལྟུ་ཉེས་པའི་ཕྱིར། ཇི་ལྟར་སྒྲུལ་  
ལ་བཟུང་ཉེས་པ་དང་རིག་སྤྲུགས་ཉེས་པར་བསྒྱབས་པ་བཞིན་ནོ། །

ལྷུ་པ་(བདེན་གཉིས་རྟོགས་དཀའ་བས་དང་པོར་མ་གསུངས་པའི་ཚུལ་)ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན།

དེ་ཕྱིར་ཞན་པས་ཆོས་འདི་ཡི། །  
གཏིང་གས་དཀའ་བར་མཁུན་གྱར་ནས། །  
ཐུབ་པའི་ཐུགས་ནི་ཆོས་བསྟན་ལས། །  
རབ་ཏུ་ལོག་པར་གྱུར་པ་ཡིན། ། ༡༢

སྟོ་གཞན་པས་ཆོས་འདིའི་གཏིང་དཔོགས་དཀའ་བར་མཁུན་པར་གྱུར་ནས་ཐུབ་པའི་  
ཐུགས་ནི་ཆོས་བསྟན་པ་ལས་རེ་ཞིག་རབ་ཏུ་ལོག་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོང་ ཉིད་ལ་  
ལོག་པར་བབྱུང་ན་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བ་དེའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (རང་གཞན་ལ་རྣམ་གཞག་རུང་མི་རུང་གི་ཁྱད་པར་) བློ།

སྟོན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ནི། །  
སྟོང་ལ་འཐད་པ་མ་ཡིན་པས། །  
ཁྱོད་ནི་སྟོང་ཉིད་སྟོང་བྱེད་པ། །  
གང་དེ་ལ་མི་འཐད་དོ། ། ༡༣

དངོས་སྟོབ་བ་ཁྱོད་ནི་སྟོང་ཉིད་སྟོང་བར་བྱེད་པའི་ཉེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དབུ་མ་པ་ལ་མི་  
འཐད་དེ། འབྱུང་འཇིག་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ནི་སྟོང་ཉིད་སྟོབ་  
བ་ལ་འཐད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གང་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་རུང་བ། །  
 དེ་ལ་ཐམས་ཅད་རུང་བར་འགྱུར། །  
 གང་ལ་སྟོང་ཉིད་མི་རུང་བ། །  
 དེ་ལ་ཐམས་ཅད་རུང་མི་འགྱུར། ། ༡༥

དབུ་མ་པ་དེ་ལ་ཆོས་ཅན། རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་རུང་བར་འགྱུར་ཏེ། ཁྱོད་གང་ལ་སྟོང་  
 པ་ཉིད་རུང་བའི་ཕྱིར། དངོས་སྤྱོད་བའི་ལུགས་དེ་ལ་ཆོས་ཅན། རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་  
 རུང་བར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། ཁྱོད་གང་ལ་སྟོང་ཉིད་མི་རུང་བའི་ཕྱིར།

ཁྱོད་ནི་རང་གི་སྟོན་རྣམས་ནི། །  
 ང་ལ་ཡོངས་སུ་སྤྱུར་བྱེད་པ། །  
 ཏྲ་ལ་མངོན་པར་ཞོན་བཞིན་དུ། །  
 ཏྲ་ཉིད་བརྟེན་པར་གྱུར་པ་བཞིན། ། ༡༦

དངོས་སྤྱོད་བ་ཁྱོད་ནི་རང་གི་སྟོན་རྣམས་ནི་ང་དབུ་པ་ལ་ཡོངས་སུ་སྤྱུར་བར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 ཏེ། ཏྲ་ཉིད་ལས་སྤངས་ནས་དེ་ལ་གཞོན་བྱེད་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཏྲ་ལ་མངོན་  
 པར་ཞོན་བཞིན་དུ་ཏྲ་ཉིད་བརྟེན་པར་གྱུར་པ་བཞིན་ནོ། །

གཤམ་ཏེ་དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་ལས། །

ཡོད་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་བྱེད་ན། །

དེ་ལྟ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་རྣམས། །

རྒྱ་རྒྱུན་མེད་པར་ཁྱོད་ལྟ་འོ། ། ༡༤

དངོས་སྤྱོད་བཞུགས་ཅན།      དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་རྒྱུན་མེད་པར་ཁྱོད་ལྟ་རིགས་པར་ཐལ།  
གཤམ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་ལས་ཡོད་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་བྱེད་ན་རིགས་པ་དེ་  
ལྟ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འབྲས་བུ་དང་ནི་རྒྱ་ཉིད་དང་། །

བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་དང་བྱ། །

སྐྱེ་བ་དང་ནི་འགག་པ་དང་། །

འབྲས་བུ་ལ་ཡང་གཞོད་པ་བྱེད། ། ༡༥

འབྲས་བུ་དང་ནི་རྒྱ་ཉིད་དང་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་པ་དང་བྱ་བ་དང་།      སྐྱེ་བ་དང་ནི་འགག་པ་  
དང་འབྲས་བུ་ལ་ཡང་གཞོད་པ་བྱེད་པར་ཐལ།      རྟགས་འདྲ།

གཉིས་པ་(སྤྱོད་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་བསྟན་པ་)ནི།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །

དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བཤད། །

དེ་ནི་བརྟེན་ནས་གདགས་པ་སྟེ། །

དེ་ཉིད་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། ། ༡༥

གང་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི། །

ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །

དེ་ཕྱིར་སྟོང་པ་མ་ཡིན་པའི། །

ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༡༦

ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་  
རྟེན་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། བྱལ་སྟེ། རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བཤད་ཅིང་། དེ་ནི་རྟེན་ནས་གདགས་  
པ་སྟེ་དེ་ཉིད་མཐའ་བྱལ་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(གཞན་ལ་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་མི་འཐད་པ་)ལ་གསུམ། བདེན་བཞི་དང་དེ་ཤེས་པ་  
སོགས་མི་རུང་བ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་བྱ་བྱེད་སོགས་མི་རུང་བ། འཇིག་རྟེན་དང་  
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཐ་སྙད་མི་རུང་བའོ། །

དང་པོ་(བདེན་བཞི་དང་དེ་མེས་པ་སོགས་མི་རུང་བ་)ནི། དངོས་སྤྱོད་བ་ཆོས་ཅན།

གལ་ཏེ་འདི་ཀྱན་མི་སྟོང་ན། །

འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད། །

འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་རྣམས། །

ཁྱོད་ལ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། ། 20

འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་འདི་ཀྱན་ནས་སྟོང་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་རྣམས་ཁྱོད་ལ་མེད་པར་ཐལ་  
བར་འགྱུར་རོ། ། བྱབ་སྟེ།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་མ་ཡིན་ན། །

སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །

མི་རྟག་སྤྱག་བསྐྱེལ་གསུངས་པ་དེ། །

རང་བཞིན་ཉིད་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། ། 21

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་མ་ཡིན་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ་མི་རྟག་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་གསུངས་པ་དེ་རང་བཞིན་ཉིད་ལས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རང་བཞིན་ལས་ནི་ཡོད་ཡིན་ན། ༡  
ཅི་ཞིག་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་འབྱུང། ༡  
དེ་ཕྱིར་སྟོང་ཉིད་གཞོད་བྱེད་ལ། ༡  
ཀྱན་འབྱུང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ༡ ༢༢

སྟོང་ཉིད་ལ་གཞོད་བྱེད་ལ་ཀྱན་འབྱུང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྟུག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་ལས་  
ནི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཅི་ཞིག་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་འབྱུང་ཏེ་མི་འབྱུང་བ་དེ་འི་ཕྱིར།

སྟུག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། ༡  
འགོག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ༡  
རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པ་གནས་ཕྱིར། ༡  
འགོག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན། ༡ ༢༣

འགོག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟུག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་འི་ཕྱིར།  
ཁྱབ་སྟེ། རང་བཞིན་ཉིད་ནི་མི་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་སྟུག་གནས་པས་འགོག་པ་ལ་གཞོད་  
པ་བྱེད་པ་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར།



ལམ་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་ན་ནི། །

སྒྲོམ་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ལམ་དེ་བསྒྲོམ་བྱ་ན། །

ཁྱོད་གྱི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༢༤

སྒྲོམ་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། ལམ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཅི་  
སྟེ་ལམ་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བསྒྲོམ་བྱ་ ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

གང་ཆེ་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱན་འབྱུང་དང། །

འགོག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །

ལམ་གྱི་སྟུག་བསྐྱེད་འགོག་པ་ནི། །

གང་ཞིག་ཐོབ་པར་འགྱུར་བར་འདོད། ། ༢༥

ལམ་གྱིས་སྟུག་བསྐྱེད་འགོག་པ་ནི་གང་ཞིག་ཐོབ་པར་འགྱུར་བར་འདོད་མི་རིགས་  
པར་ཐལ། གང་གི་ཆེ་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱན་འབྱུང་དང་འགོག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།

གཤམ་ཏེ་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །  
ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མ་ཡིན་ན། །  
དེ་ནི་ཇི་ལྟར་ཡོངས་ཤེས་འགྱུར། །  
རང་བཞིན་གནས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ། ༢༤

སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཕྱིས་ཇི་ལྟར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་  
ཐལ། སྤྱར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པར་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་ནི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
ཁྱབ་སྟེ། རང་བཞིན་ཀུན་ཏུ་གནས་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྟེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེ་བཞིན་དུ་ནི་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱི། །  
སྤང་དང་མངོན་དུ་བྱ་བ་དང་། །  
བསྐྱོམ་དང་འབྲས་བུ་བཞི་དག་ཀྱང་། །  
ཡོངས་ཤེས་བཞིན་དུ་མི་རུང་ངོ། ། ༢༥

དེ་བཞིན་དུ་ནི་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་སྤང་བ་དང་འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་བ་དང་ལམ་སྐྱོམ་  
པ་དང་འབྲས་བུ་བཞི་དག་ཀྱང་མི་རུང་བ་ཐལ། སྤྱར་ཀུན་འབྱུང་མ་སྤངས་པ་སོགས་  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། སྤྱག་བསྐྱེད་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མི་རུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་འོ།

རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཡིས། 1

འབྲས་བུ་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་ནི། 1

ཐོབ་པ་མིན་པ་གང་ཡིན་དེ། 1

ཇི་ལྟར་འཐོབ་པར་རྣམས་པར་འགྱུར། 1 24

འབྲས་བུ་བཞི་གང་ཡིན་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ཕྱིས་ཇི་ལྟར་ཐོབ་པར་རྣམས་པར་འགྱུར་ཏེ་  
མི་འགྱུར་བར་ཐལ། སྤར་ཐོབ་པ་མེད་པར་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་ནི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཟུག་  
སྟེ། རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་སྟེ་རང་བཞིན་ལ་ལྡོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ (དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་བྱ་བྱེད་སོགས་མི་རུང་བ་) ནི།

འབྲས་བུ་མེད་ན་འབྲས་གནས་མེད། 1

ཞུགས་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། 1

གལ་ཏེ་སྦྱིས་བུ་གང་ཟག་བརྒྱད། 1

དེ་དག་མེད་ན་དག་འདུན་མེད། 1 25

འབྲས་གནས་མེད་ཅིང་ཞུགས་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དག་འདུན་མེད་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་སྦྱིས་བུ་གང་ཟག་བརྒྱད་པོ་དེ་  
དག་མེད་པའི་ཕྱིར།

འཕགས་པའི་བདེན་རྣམས་མེད་པའི་ཕྱིར། །

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ཡོད་མིན་ན། །

སངས་རྒྱས་ཇི་ལྟར་ཡོད་པར་འགྱུར། ། ༣༠

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་རྣམས་མེད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་ཇི་ལྟར་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ།  
ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

ཁྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ལ། །

མ་བརྟེན་པར་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར། །

ཁྱོད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་ལ། །

མ་བརྟེན་པར་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༣༡

ཁྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཡང་འགྱུར་བར་ཐལ་བ་དང་། ཁྱོད་  
ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཡང་འགྱུར་བར་ཐལ། སངས་རྒྱས་དང་  
བྱང་ཆུབ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

ཁྱོད་གྱི་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་ནི། ༡  
སངས་རྒྱས་མིན་པ་གང་ཡིན་དེས། ༡  
བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར། ༡  
བརྩེ་ལ་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་མི་འགྱུར། ༡ ༣༢

སོ་སྐྱེ་གང་ཡིན་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་  
བརྩེ་ལ་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། སངས་རྒྱས་མིན་པར་རང་བཞིན་  
ཉིད་གྱིས་ནི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

འགའ་ཡང་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་པ། ༡  
ནམ་ཡང་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ༡  
མི་སྟོང་པ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ། ༡  
རང་བཞིན་ལ་ནི་བྱ་བ་མེད། ༡ ༣༣

འགའ་ཡང་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་པ་ནམ་ཡང་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྟོང་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་  
ཕྱིར། བྱ་བ་སྟེ། མི་སྟོང་པ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ་རང་བཞིན་ལ་ནི་བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་མེད་པར་ཡང། ༡  
འབྲས་བུ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་པར་འགྱུར། ༡  
ཆོས་དང་ཆོས་མིན་རྒྱས་བྱུང་བའི། ༡  
འབྲས་བུ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། ༡ ༣༤

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་མེད་པར་ཡང་འབྲས་བུ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་པར་འབྱུང་བ་དང་། ཆོས་དང་  
ཆོས་མིན་པའི་རྒྱས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་རང་  
བཞིན་གྱིས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་རྒྱས་བྱུང་བའི། 1

འབྲས་བུ་གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་ཡོད། 1

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ལས་བྱུང་བའི། 1

འབྲས་བུ་ཅི་ཕྱིར་སྟོང་མ་ཡིན། 1 35

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་ཅིའི་ཕྱིར་སྟོང་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཡིན་པར་  
ཐལ། ཆོས་དང་ཆོས་མིན་པའི་རྒྱས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
གསུམ་པ་(འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཐ་སྙད་མི་རུང་བ་)ནི།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡི། 1

སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཞོད་བྱེད་གང་། 1

འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཐ་སྙད་ནི། 1

ཀུན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན། 1 36

དངོས་སྤྲུལ་བ་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་ནི་ཀུན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་པར་  
ཐལ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཞོད་བྱེད་ན། །

བྱ་བ་ཅི་ཡང་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །

ཚུམ་པ་མེད་པ་བྱ་བར་འགྱུར། །

མི་བྱེད་པ་ཡང་བྱེད་པོར་འགྱུར། ། 32

བྱ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་ཚུམ་པ་མེད་པ་བྱ་བར་འགྱུར་བ་དང་། མི་བྱེད་པ་ཡང་  
བྱེད་པོར་འགྱུར་བར་ཐལ། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རང་བཞིན་ཡོད་ན་འགྲོ་བ་རྣམས། །

མ་སྦྱེས་པ་དང་མ་འགགས་དང་། །

ཐེར་བྱུག་ཏུ་ནི་གནས་འགྱུར་ཞིང་། །

གནས་སྐབས་སྣ་ཚོ་གས་བྲལ་བར་འགྱུར། ། 33

འགྲོ་བ་རྣམས་ཚོས་ཅན། མ་སྦྱེས་པ་དང་མ་འགགས་པ་དང་ཐེར་བྱུག་ཏུ་ནི་གནས་  
པར་འགྱུར་ཞིང་གནས་སྐབས་སྣ་ཚོ་གས་བྲལ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ། རང་བཞིན་ གྱིས་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་སྟོང་པ་ཡོད་མིན་ན། །

མ་ཐོབ་ཐོབ་པར་བྱ་བ་དང་། །

སྤྱག་བསྐྱལ་མཐར་བྱེད་ལས་དང་ནི། །

ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་སྟོང་བའང་མེད། ། 34



མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་མཐར་བྱེད་དང་། ལས་དང་ནི་ཉིན་མོངས་  
ཐམས་ཅད་སྤྱོད་བའང་མེད་པར་ཐལ། གཤམ་ཏེ་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་ (རྟེན་འབྱུང་གི་དེ་ཉིད་མཐོང་ན་བདེན་བཞིའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་) བློ།

གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་། །  
མཐོང་བ་དེ་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་། །  
ཀྱན་འབྱུང་དང་ནི་འགོག་པ་དང་། །  
ལམ་ཉིད་དེ་དག་མཐོང་བ་ཡིན། ། ༤༠

ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་བདེན་སྤྱོད་དུ་མཐོང་བ་  
དེས་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་ཀྱན་འབྱུང་དང་ནི་འགོག་པ་དང་ལམ་ཉིད་བཞི་པོ་དེ་དག་  
གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། དེས་པོ་བདེན་གྲུབ་ཁས་ལེན་པ་ལ་རྣམ་གཞག་  
ཐམས་ཅད་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར།

འཕགས་པའི་བདེན་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་བཞི་པའོ། །

འཕགས་པའི་བདེན་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་བཞི་པའོ། །

རབ་བྱེད་ཉིར་ལྟ་པ། བྱ་དན་ལས་འདས་པ་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་ཉིར་ལྟ་པ། བྱ་དན་འདས་པ་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་བྱ་དན་འདས་བརྟག་པ་ལ་རྩོད་ལན་ནོ། །

དང་པོ་(རྩོད་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་འདི་དག་ཀྱན་སྟོང་ན། །

འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད། །

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་འདི་དག་ཀྱན་ཆོས་ཅན། འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད་པར་ཐལ།

རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།

གང་ཞིག་སྟོང་དང་འགགས་པ་ལས། །

བྱ་དན་འདའ་བར་འབྱུང་བར་འདོད། ། ༡

ཉོན་མོངས་གང་ཞིག་སྟོང་བ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འགགས་པ་ལས་བྱ་དན་འདའ་བར་

འབྱུང་བར་འདོད་མི་རིགས་པར་ཐལ་ལོ། ། ཞེ་ན།

གཉིས་པ་(ལན་)ལ་བཞི། གཞན་ལ་བྱ་དན་མི་འཐད། རང་ལྷགས་ཀྱི་བྱ་དན་

ངོས་གཟུང་། བྱ་དན་བདེན་གྲུབ་འགག། བཀག་པ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་པའོ། །

དང་པོ་(གཞན་ལ་མུང་འདས་མི་འཐད་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་འདི་ཀུན་མི་སྟོང་ན། 1

འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད།

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་འདི་ཀུན་ཆོས་ཅན། འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་མེད་པར་ཐལ། རང་  
བཞིན་གྱིས་མི་སྟོང་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།

གང་ཞིག་སྟོང་དང་འགགས་པ་ལས། 1

མུ་ངན་འདའ་བར་འབྱུང་བར་འདོད། 1 2

ཉོན་མོངས་གང་ཞིག་སྟོང་བ་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་འགགས་པ་ལས་མུ་ངན་འདའ་བར་  
འབྱུང་བར་འདོད་མི་རིགས་པར་ཐལ་ལོ། 1

གཉིས་པ་(རང་ལུགས་ཀྱི་མུང་འདས་པོས་གཟུང་བ་)ནི། རང་ལ་མུང་འདས་མི་རུང་བའི་སྟོན་མེད་  
དེ།

སྤངས་པ་མེད་པ་ཐོབ་མེད་པ། 1

ཆད་པ་མེད་པ་རྟག་མེད་པ། 1

འགག་པ་མེད་པ་སྐྱེ་མེད་པ། 1

དེ་ནི་མུ་ངན་འདས་པར་བཟོད། 1 3

དོན་དམ་པར་སྤངས་པ་མེད་པ་ཐོབ་པ་མེད་པ་ཆད་པ་མེད་པ་རྟག་པ་མེད་པ་འགག་པ་  
མེད་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་དེ་ནི་མུ་ངན་ལས་འདས་པར་བཟོད་  
པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(མྱང་འདས་བདེན་གྱུ་འགག་པ་)ལ་གསུམ། མྱང་འདས་མཐའ་བཞིར་གྱུ་པ་  
དགག། མྱང་འདས་ཐུགས་སྲུ་རྒྱུད་པ་པོ་མཐའ་བཞིར་གྱུ་པ་དགག། དེས་གྱུ་  
པའི་དོན་ནོ། །

དང་པོ་(མྱང་འདས་མཐའ་བཞིར་གྱུ་པ་དགག་པ་)ལ་བཞི། དངོས་པོའི་མཐར་འདོད་པ་དགག།  
དངོས་མེད་གྱི་མཐར་འདོད་པ་དགག། ། གཉིས་ཀའི་མཐར་འདོད་པ་འགོག། །  
གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་མཐར་འདོད་པ་དགག་པའོ། །  
དང་པོ་(དངོས་པོའི་མཐར་འདོད་པ་དགག་པ་)ནི། བྱེ་བྲག་སྒྲ་བ་ན་རེ། མྱང་འདས་དངོས་པོ་  
ཡིན་ཏེ། ལས་ཉོན་གྱི་རྒྱན་འགོག་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

རེ་ཞེག་མྱ་ངན་འདས་དངོས་མིན། །

ཆ་ཤིའི་མཚན་ཉིད་ཐལ་བར་འགྱུར། །

ཆ་དང་འཆིབ་མེད་པ་ཡི། །

དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ར

རེ་ཞེག་མྱ་ངན་འདས་པ་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡིན་ན་ཆ་ཤིའི་མཚན་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་  
ཐལ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ཆ་བ་དང་འཆིབ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་དངོས་ན། །  
 མྱ་ངན་འདས་པ་འདུས་བྱས་འགྱུར། །  
 དངོས་པོ་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པ། །  
 འགའ་ཡང་གང་ན་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༥

གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་པ་དངོས་པོ་ཡིན་ན་མྱ་ངན་འདས་པ་འདུས་བྱས་སྲུ་འགྱུར་ཏེ།  
 དངོས་པོ་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པ་འགའ་ཡང་གང་ན་འད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་པ་དངོས་པོ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་མྱ་ངན་འདས་དེ་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 མིན་ཏེ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་འགའ་ཡང་  
 ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(དངོས་མེད་ཀྱི་མཐར་འདོད་པ་དགག་པ་)ནི། མདོ་སྡེ་པ་ན་རེ། མྱ་ངན་འདས་དངོས་མེད་  
 རུ་བདེན་ནོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་དངོས་མིན། །  
 དངོས་མེད་ཇི་ལྟར་རུང་བར་འགྱུར། །  
 གང་ལ་མྱ་ངན་འདས་དངོས་མིན། །  
 དེ་ལ་དངོས་མེད་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༦

གཤམ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་དངོས་པོ་མིན་ན་དངོས་མེད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཇི་ལྟར་རུང་  
བར་འགྱུར་ཏེ། གཤམ་ལ་མྱ་ངན་འདས་པ་དངོས་པོ་མིན་པ་དེ་ལ་དངོས་མེད་དུ་རང་བཞིན་  
གྱིས་ཡོད་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཤམ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་དངོས་ཡིན། །

ཇི་ལྟར་མྱ་ངན་འདས་དེ་བརྟེན་མིན། །

གང་ཞིག་བརྟེན་ནས་མ་ཡིན་པའི། །

དངོས་མེད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༤

གཤམ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་པ་དངོས་པོ་མིན་པར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། ཇི་ལྟར་མྱ་  
འདས་དེ་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་བརྟེན་པ་མིན་ཏེ་ཡིན་པར་ཐལ། གང་ཞིག་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་  
མ་ཡིན་པའི་དངོས་མེད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཤམ་ཏེ་དངོས་པོ་  
དང་དངོས་མེད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་འགྱུར་ཏེ།

འོང་བ་དང་ནི་འགྲོ་བའི་དངོས། །

བརྟེན་ཏམ་རྒྱུར་བྱས་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ནི་བརྟེན་མིན་རྒྱུར་བྱས་མིན། །

མྱ་ངན་འདས་པ་ཡིན་པར་བསྟན། ། ༥

སྒྲ་མ་ནས་འདིར་འོང་བ་དང་འདི་ནས་སྤྱི་མར་འགྲོ་བའི་དངོས་པོ་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་བརྟེན་ནས་  
འདོགས་སམ་རྒྱ་རྒྱེན་རྒྱུར་བྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་བརྟེན་པ་མིན་ཞིང་རྒྱུར་

བྱས་པ་མིན་པར་སྒྲོས་པ་ཞི་བའི་འགོག་པ་དེ་མྱ་ངན་འདས་པ་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར།

འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་དག །

སྤང་བར་སྟོན་པས་བཀའ་སྤྱུལ་ཏེ། །

དེ་ཕྱིར་མྱ་ངན་འདས་པ་ནི། །

དངོས་མིན་དངོས་མེད་མིན་པར་རིགས། ། ༡༠

མྱ་ངན་འདས་པ་ནི་དངོས་པོ་དངོས་མེད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པར་རིགས་ཏེ།

འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པའི་སྤྲིད་པ་དག་སྤང་བར་སྟོན་པས་བཀའ་སྤྱུལ་བ་དེའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་(གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་མཐར་འདོད་པ་དགག་པ་)ནི། མུ་སྟེགས་འོས་པ་བ་ན་རེ།

མྱ་ངན་འདས་དངོས་པོ་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་དང་སྐྱེ་བའི་དངོས་

མེད་དང་རང་ཉིད་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་པ་ནི། །

དངོས་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡིན་ན། །

དངོས་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དག །

ཐལ་བར་འབྱུང་ན་དེ་མི་རིགས། ། ༡༡



མུང་འདས་དངོས་པོ་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་མུ་ངན་འདས་པ་  
ནི་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དག་ཐར་  
པར་འབྱུང་ན་དེ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་མུ་ངན་འདས་པ་ནི། ༡  
དངོས་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡིན་ན། ༡  
མུ་ངན་འདས་པ་མ་བརྟེན་མིན། ༡  
དེ་གཉིས་བརྟེན་ནས་ཡིན་ཕྱིར་རོ། ༡༢

གལ་ཏེ་མུ་ངན་འདས་པ་ནི་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གཉིས་སུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་  
ཡིན་ན་མུ་ངན་འདས་པ་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་མ་བརྟེན་པ་མིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་དང་དངོས་  
མེད་དེ་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཇི་ལྟར་མྱ་ངན་འདས་པ་ནི། །  
དངོས་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །  
མྱ་ངན་འདས་པ་འདུས་མ་བྱས། །  
དངོས་དང་དངོས་མེད་འདུས་བྱས་ཡིན། ། ༡༣

ཇི་ལྟར་མྱ་ངན་འདས་པ་ནི་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
མྱ་ངན་འདས་པ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་ལ། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་དེ་ཞིག་པ་གཉིས་  
འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཇི་ལྟར་མྱ་ངན་འདས་པ་ལ། །  
དངོས་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡོད་དེ། །  
དེ་གཉིས་གཅིག་ལ་ཡོད་མིན་ཏེ། །  
སྤང་བ་དང་ནི་སྤྱན་པ་བཞིན། ། ༡༤

ཇི་ལྟར་མྱ་ངན་འདས་པ་ལ་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡོད་དེ། དེ་གཉིས་གཞི་  
མཐུན་དུ་མེད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་དེ་གཉིས་གཞི་གཅིག་ལ། གཞི་  
མཐུན་དུ་ ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། སྤང་བ་དང་ནི་སྤྱན་པ་བཞིན་ནོ། །

བཞི་པ་(གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་མཐར་འདོད་པ་དགག་པ་)ནི།

དངོས་མིན་དངོས་པོ་མེད་མིན་པ། །

མྱ་ངན་འདས་པར་གང་སྟོན་པ། །

དངོས་པོ་མེད་དང་དངོས་པོ་དག །

གྲུབ་ན་དེ་ནི་གྲུབ་པར་འགྱུར། ། ༡༥

མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དངོས་པོ་འང་མིན་དངོས་མེད་ཀྱང་མིན་པར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་  
 ཅེས་གང་སྟོན་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། དངོས་པོ་མེད་པ་དང་དངོས་པོ་དག་རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྲུབ་ན་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་འདི་ནི་གྲུབ་པར་འགྱུར་ན་ཡང་དེ་གཉིས་རང་བཞིན་  
 གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་པ་ནི། །

དངོས་མིན་དངོས་པོ་མེད་མིན་ན། །

དངོས་མིན་དངོས་པོ་མེད་མིན་ཞེས། །

གང་ཞིག་གིས་ནི་དེ་མངོན་བྱེད། ། ༡༦

གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་  
 རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་འཕ་མིན་དངོས་པོ་མེད་པ་འང་མིན་པར་རང་

བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་དངོས་པོ་འང་མིན་དངོས་པོ་མེད་པ་འང་མིན་ཞེས་གང་ཞིག་གིས་ནི་དེ་  
མངོན་དུ་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་མངོན་དུ་བྱེད་མཁན་མེད་པ་འདི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (མྱང་འདས་སྐྱགས་སུ་རྒྱུད་པ་པོ་མཐའ་བཞིར་སྐྱབ་པ་དགག་པ་) ནི།

བཅོམ་ལྡན་མྱ་ངན་འདས་གྱུར་ནས། །

ཡོད་པར་མི་མངོན་དེ་བཞིན་དུ། །

མེད་དོ་ཞེ་འམ་གཉིས་པ་དང་། །

གིས་མིན་ཞེས་ཀྱང་མི་མངོན་ནོ། ། ༡༥

བཅོམ་ལྡན་བཞུགས་པར་གྱུར་ན་ཡང་། །

ཡོད་པར་མི་མངོན་དེ་བཞིན་དུ། །

མེད་དོ་ཞེ་འམ་གཉིས་ཀ་དང་། །

གཉིས་མིན་ཞེས་ཀྱང་མི་མངོན་ནོ། ། ༡༦

བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། མྱ་ངན་འདས་པར་འགྱུར་བ་  
དང་། བཞུགས་པར་གྱུར་ན་ཡང་ཡོད་པ་དང་། མེད་དོ་ཞེ་འམ་གཉིས་ཀ་དང་གཉིས་ཀ་  
མིན་ཞེས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་མངོན་པ་འདི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ (དེས་སྐྱབ་པ་འདི་དོན་) ནི།

འཁོར་བ་ཟྱ་དན་འདས་པ་ལས། །  
བྱད་པར་ཅུང་བཅད་ཡོད་མ་ཡིན། །  
ཟྱ་དན་འདས་པ་འཁོར་བ་ལས། །  
བྱད་པར་ཅུང་བཅད་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༡༩

ཟྱ་དན་འདས་མཐའ་གང་ཡིན་པ། །  
དེ་ནི་འཁོར་བའི་མཐའ་ཡིན་ཏེ། །  
དེ་གཉིས་བྱད་པར་ཅུང་བཅད་ནི། །  
ཞིན་ཏུ་སྤྱོད་བའང་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༢༠

འཁོར་བ་ཟྱ་དན་འདས་པ་ལས་བདེན་རྒྱུན་བྱད་པར་ཅུང་བཅད་ཡོད་པ་མ་ཡིན། ཟྱ་དན་  
འདས་པའང་འཁོར་བ་ལས་བདེན་རྒྱུན་བྱད་པར་ཅུང་བཅད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཟྱ་དན་  
འདས་པའི་མཐའ་བདེན་སྟོང་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཁོར་བའི་མཐའ་བདེན་སྟོང་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་ཏེ། འཁོར་འདས་དེ་གཉིས་བདེན་སྟོང་ཏུ་བྱད་པར་ཅུང་བཅད་ནི་ཞིན་ཏུ་སྤྱོད་བའང་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་བ་ཆོས་ཅན།

གང་འདས་པའི་ཆད་མཐའ་སོགས་དང་། །  
རྟག་ལ་སོགས་པར་ལྟ་བ་དག །  
ཟྱ་དན་འདས་དང་ཕྱི་མཐའ་དང་། །  
སྟོན་གྱི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། ། ༢༡

བཅུ་བཞི་ཡོད་དེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འདས་པ་ཆད་འབྱུང་མི་འབྱུང་གཉིས་ཀ་  
 གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལྟ་བུ་དན་ལས་འདས་པའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་བཞི། བདག་  
 དང་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་གཉིས་ཀ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལྟ་བུ་མཐའ་  
 ལ་བརྟེན་པ་བཞི། བདག་དང་འཇིག་རྟེན་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ཀ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་  
 ལྟ་བུ་སྤྲོན་གྱི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་བཞི། ལུས་སྤྲོག་གཅིག་དང་ཐ་དད་དུ་ལྟ་བུ་གཉིས་  
 རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྣང་པ་ལ། །  
 མཐའ་ཡོད་ཅི་ཞིག་མཐའ་མེད་ཅི། །  
 མཐའ་དང་མཐའ་མེད་ཅི་ཞིག་ཡིན། །  
 མཐའ་དང་མཐའ་མེད་མིན་པ་ཅི། ། 22

དེ་ཉིད་ཅི་ཞིག་གཞན་ཅི་ཡིན། །  
 རྟག་པ་ཅི་ཞིག་མི་རྟག་ཅི། །  
 རྟག་དང་མི་རྟག་གཉིས་ཀ་ཅི། །  
 གཉིས་ཀ་མིན་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན། ། 23

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཅན། མཐའ་ཡོད་དང་། མཐའ་མེད་དང་། མཐའ་དང་མཐའ་  
མེད་གཉིས་ཀ་དང་། མཐའ་དང་མཐའ་མེད་གཉིས་ཀ་མིན་པ་དང་། དེ་ཉིད་དང་གཞན་  
ཉིད་དང་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་དང་། རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ཀ་དང་གཉིས་ཀ་མིན་པ་འང་  
རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་(བཀག་པ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་པ་)ནི། ཟུང་འདས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་ཟུང་འདས་  
ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ཆོས་བསྟན་པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེར་ཞི་ཞིང་། །

སྟོས་པ་ཉེར་ཞི་ཞི་བ་སྟེ། །

སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་གང་དུ་ཡང་། །

སྐུ་ལ་འང་ཆོས་འགའ་མ་བསྟན་ཏོ། ། ༢༥

སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་ཡུལ་གང་དུ་ཡང་གང་ཟག་སྐུ་ལ་འང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་  
ཆོས་འགའ་མ་བསྟན་ཏོ། སངས་རྒྱས་དེ་མཆོན་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ  
བར་ཞི་ཞིང་སྟོས་པ་ཉེ་བར་ཞི་ཞིང་ཞི་བ་སྟེ་དན་ལས་འདས་པ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར།

ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་ལྔ་པའོ། །

ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་ལྔ་པའོ། །



རབ་བྱེད་ཉེར་རྒྱལ་པ། སྲིད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་ཉེར་རྒྱལ་པ། སྲིད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་བརྟག་པ།

གཉིས་པ་རྟེན་འབྱུང་རྟོགས་མ་རྟོགས་ལས་འཁོར་བར་འཇུག་ཕྱོག་བྱེད་ཚུལ་ལ་  
གཉིས། ལྷགས་འབྱུང་དང་ལྷགས་བསྐྱེད་གི་རྟེན་འབྱེད་ལོ། །

དང་པོ་(ལྷགས་འབྱུང་གི་རྟེན་འབྱེད་)ནི། རྟེན་ཅིང་འབྱེད་བར་འབྱུང་བ་གང་། ། དེ་ནི་སྟོང་པ་  
ཉིད་དུ་བཤད། ། ཅས་པའི་རྟེན་འབྱུང་དེ་གང་ཞེ་ན།

མ་རིག་བསྐྱེད་པས་ཡང་སྲིད་ཕྱིར། །

འདུ་བྱེད་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་དག །

མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་གང་ཡིན་པའི། །

ལས་དེ་དག་གིས་འགྲོ་བར་འགྲོ། ། ༡

འདུ་བྱེད་རྟེན་ཅན་རྣམ་པར་ཤེས། །

འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་འཇུག་པར་འགྱུར། །

ཡང་སྲིད་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གསུམ་ཡོད་དེ། མ་རིག་པས་བསྐྱེབས་པས་ཡང་སྲིད་འགྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་དུ་སློ་གསུམ་གྱི་འདུ་བྱེད་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་དག་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་གང་ཡིན་  
 པའི་ལས་འདི་དག་གིས་འགོ་བར་འགོ་ཞིང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་ཅན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགོ་  
 བ་རྣམས་སུ་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འཕངས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ།

རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞུགས་འགྱུར་ན། 1

མིང་དང་གཟུགས་ནི་ཆགས་པར་འགྱུར། 2

མིང་དང་གཟུགས་ནི་ཆགས་གྱུར་ན། 1

སླེ་མཆེད་རྒྱུག་ནི་འབྱུང་བར་འགྱུར། 1

སླེ་མཆེད་རྒྱུག་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། 1

རིག་པ་ཡང་དག་འབྱུང་བར་འགྱུར། 2

མིང་དང་གཟུགས་དང་བྲན་བྱེད་ལ། 1

བརྟེན་ནས་སླེ་བ་ཁོ་ན་སླེ། 1

རྣམ་པར་ཤེས་པ་མངལ་དུ་ཞུགས་པར་གྱུར་ན་མིང་དང་གཟུགས་ནི་ཆགས་པར་འགྱུར།  
 མིང་དང་གཟུགས་ནི་ཆགས་པར་གྱུར་ན་སླེ་མཆེད་རྒྱུག་ནི་འབྱུང་བར་འགྱུར། སླེ་  
 མཆེད་རྒྱུག་ལ་བརྟེན་ནས་ནི་རིག་པ་ཡང་དག་འབྱུང་བར་འགྱུར།

རེག་པ་དེ་ལས་ཚོར་བ་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བའི་ཕྱིར། རེག་པ་ཚོས་ཅན། རྒྱ་ཡོད་  
དེ། མིག་དང་གཟུགས་དང་དྲན་བྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལྟར་མིང་དང་གཟུགས་བརྟེན་ནས། 1

རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འབྱུར། 1 ར

མིག་དང་གཟུགས་དང་རྣམ་པར་ཤེས། 1

གསུམ་པོ་འདུས་པ་གང་ཡིན་པ། 1

དེ་ནི་རེག་པ་འོ་རེག་དེ་ལས། 1

ཚོར་བ་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་འབྱུར། 1 ལ

དེ་ལྟར་མིང་དང་གཟུགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འབྱུར་བའི་མིག་དང་  
གཟུགས་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གསུམ་པོ་འདུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རེག་པ་འོ། ཡང་  
སྤྱིད་འབྱུང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གསུམ་ཡོད་དེ།

ཚོར་བའི་རྒྱུ་གྱིས་སྤྲོད་པ་སྟེ། །  
ཚོར་བའི་དོན་དུ་སྤྲོད་པར་འགྱུར། །  
སྤྲོད་པར་གྱུར་ན་ཉེ་བར་ལེན། །  
རྣམ་པ་བཞི་པོ་ཉེ་བར་ལེན་འགྱུར། ། ༤

ཉེ་བར་ལེན་ཡོད་ན་ལེན་པ་པོ་འི། །  
སྤྲོད་པ་རབ་ཏུ་འགྱུར་བར་འགྱུར། །

ཚོར་བའི་རྒྱུ་གྱིས་སྤྲོད་པ་སྟེ་ཚོར་བའི་དོན་དུ་སྤྲོད་པར་འགྱུར་ལ། སྤྲོད་པར་གྱུར་ན་ཉེ་  
བར་ལེན་པ་རྣམ་པ་བཞི་པོ་ཉེ་བར་ལེན་པར་འགྱུར་ནི་དེ་ཉེ་བར་ལེན་ཡོད་ན་ལེན་པ་པོ་འི་སྤྲོད་  
པ་རབ་ཏུ་འགྱུར་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་ཉེ་བར་ལེན་མེད་ན། །  
གྲོལ་བར་འགྱུར་ཏེ་སྤྲོད་མི་འགྱུར། ། ༥  
སྤྲོད་པ་དེ་ཡང་ཕུང་པོ་ལྔ། །

གལ་ཏེ་ཉེ་བར་ལེན་པ་མེད་ན་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཏེ་སྤྲོད་པ་འགྱུར་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།  
སྤྲོད་པ་དེ་ཡང་ཕུང་པོ་ལྔ་སྟེ་བསྟན་སྟེ། ། གྲུབ་པའི་འབྲས་བུ་གཉིས་ཡོད་དེ།

སྲིད་པ་ལས་ནི་སྐྱེ་བར་འབྱུང་། །

ཆ་ཤི་དང་ནི་མུ་ངན་དང་། །

སྐྱེ་སྒྲགས་འདོན་བཅས་སྒྲུག་བསྐྱེལ་དང་། ། ༤

ཡིད་མི་བདེ་དང་འཁྲུག་པ་རྣམས། །

དེ་དག་སྐྱེ་ལས་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །

སྲིད་པ་ལས་ནི་སྐྱེ་བ་འབྱུང་ཆ་ཤི་དང་མུ་ངན་དང་སྐྱེ་སྒྲགས་འདོན་པ་དང་སྒྲུག་བསྐྱེལ་  
དང་ཡིད་མི་བདེ་དང་འཁྲུག་པ་དེ་དག་རྣམས་སྐྱེ་བ་ལས་རབ་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

དེ་ལྟར་སྒྲུག་བསྐྱེལ་ཕུང་པོ་ནི། །

འབའ་ཞིག་པ་འདི་འབྱུང་བར་འགྱུར། ། ༥

མ་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོ་ནི་འབའ་ཞིག་པ་འདི་འབྱུང་བར་འགྱུར་  
ཏེ། དེ་ལྟར་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་བསྐྱོག་)ནི།

འཁོར་བའི་རྩ་བ་འདུ་བྱེད་དེ། །

དེ་ཕྱིར་མཁས་རྣམས་འདུ་མི་བྱེད། །

དེ་ཕྱིར་མི་མཁས་བྱེད་པོ་ཡིན། །

མཁས་མིན་དེ་ཉིད་མཐོང་ཕྱིར་རོ། ། ༡༠

མཁས་པ་འཕགས་པ་རྣམས་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་གསར་དུ་འདུ་མི་བྱེད་པར་མི་མཁས་  
པ་ལས་བྱེད་པ་ཕོ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་འདུ་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། མཁས་པ་  
འཕགས་པས་དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། ། མ་རིག་པ་སྤངས་པས་གྲོལ་  
བར་འགྱུར་ཏེ།

མ་རིག་འགགས་པར་གྱུར་ན་ནི། 1

འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་འབྱུང་མི་འགྱུར། 1

མ་རིག་པ་འགག་པར་འགྱུར་ན་ནི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།  
འཕགས་པ་ཆོས་ཅན།

མ་རིག་འགག་པར་འགྱུར་བ་ནི། 1

ཤེས་པས་དེ་ཉིད་བསྐྱོམས་པས་སོ། 1 11

མ་རིག་པ་འགག་པར་འགྱུར་བ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཤེས་པས་དེ་ཉིད་བསྐྱོམས་པས་  
སོ། 1 ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན།

དེ་དང་དེ་ནི་འགགས་གྱུར་པས། 1

དེ་དང་དེ་ནི་མངོན་མི་འབྱུང་། 1

སྤྱག་བསྐྱེད་ཕུང་པོ་འབའ་ཞིག་པ། 1

དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་དག་འགག། 1 12

སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་སྤྱང་པོ་འབའ་ཞིག་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་དག་པར་འགག་སྟེ། མ་རིག་པ་  
སོགས་དང་དེ་དང་དེ་ནི་འགགས་པ་གྱུར་པས་འདྲ་བྱེད་སོགས་དེ་དང་དེ་ནི་མངོན་པར་མི་  
འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

སྤྱིད་པའི་ཡན་ལག་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་རྩ་ག་པའོ། །

སྤྱིད་པའི་ཡན་ལག་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་རྩ་ག་པའོ། །

རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་རྩ་ག་པ། ལྟ་བ་བརྟག་པ།.....

རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་རྩ་ག་པ། ལྟ་བ་བརྟག་པ།

གསུམ་པ་རྟེན་འབྱུང་རྟོགས་ན་ལྟ་བ་རན་པ་ལྟོག་ཚུལ་ལ་གཉིས། ལྟ་རན་བཅུ་རྩ་ག་  
རྩ་ག་ཟུང་བ། རྟེན་འབྱེལ་རྟོགས་པས་དེ་ལ་མི་གནས་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(ལྟ་རན་བཅུ་རྩ་ག་རྩ་ག་ཟུང་བ་)ནི། ལྟ་རན་བཅུ་རྩ་ག་ཏུ་དབྱེར་ཡོད་དེ།



འདས་དུས་བྱང་མ་བྱང་ཞེས་དང་། 1

འཛིག་རྟེན་རྟག་པ་ལ་སོགས་པར། 1

ལྷ་བ་གང་ཡིན་དེ་དག་ནི། 1

སྡོན་གྱི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། 1 ༡

བདག་འདས་པའི་དུས་སུ་བྱང་མ་བྱང་གཉིས་ཀ་དང་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་དང་། བདག་  
དང་འཛིག་རྟེན་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ཀ་དང་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལྷ་བ་གང་ཡིན་དེ་  
དག་ནི་སྡོན་གྱི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན།

མ་འོངས་དུས་གཞན་འབྱུང་འབྱུར་དང་། 1

མི་འབྱུང་འཛིག་རྟེན་མཐའ་སོགས་པར། 1

ལྷ་བ་གང་ཡིན་དེ་དག་ནི། 1

ཕྱི་མའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། 1 2

བདག་མ་འོངས་པའི་དུས་གཞན་དུ་འབྱུང་འབྱུར་དང་མི་འབྱུང་གཉིས་ཀ་གཉིས་པ་  
མ་ཡིན་པ་དང་། བདག་དང་འཛིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་གཉིས་ཀ་གཉིས་  
ཀ་མ་ཡིན་པར་ལྷ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ཕྱི་མའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ (རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པས་དེ་ལ་མི་གནས་པའི་ཚུལ་) ལ་གཉིས། བ་སྟོན་དུ་རྟེན་འབྲེལ་  
གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ལྟ་བ་དེ་ལ་མི་གནས། དོན་དམ་པར་སྟོས་པ་བམས་  
ཅད་ཞི་བས་ལྟ་བ་དེ་ལ་མི་གནས་པའོ། །

དང་པོ་ (བ་སྟོན་དུ་རྟེན་འབྲེལ་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ལྟ་བ་དེ་ལ་མི་གནས་) ལ་གསུམ། སྟོན་དང་  
ཕྱི་མའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པའི་ལྟ་བ་བཞི་ཚན་དང་པོ་དགག། ། སྟོན་གྱི་མཐའ་ལ་བརྟེན་  
པའི་བཞི་ཚན་གཉིས་པ་དགག། ། ཕྱི་མའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པའི་བཞི་ཚན་གཉིས་པ་  
དགག་པའོ། །

དང་པོ་ (སྟོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པའི་ལྟ་བ་བཞི་ཚན་དང་པོ་དགག་པ་) རྟོ།

འདས་པའི་དུས་ན་བྱུང་བྱུང་ཅེས། །

བྱ་བ་དེ་ནི་མི་འབྲད་དོ། །

སྟོན་ཆེ་རྣམས་སུ་གང་བྱུང་བ། །

དེ་ཉིད་འདི་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། ༣

བདག་འདས་པའི་དུས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བར་འབྱུང་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ནི་མི་འབྲད་དེ།  
སྟོན་ཆེ་རྣམས་སུ་གང་བྱུང་བའི་བདག་དེ་ཉིད་དུ་ཉིད་བདག་འདི་ནི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེ་ཉིད་བདག་ཏུ་འགྱུར་སྒྲུལ་ན། །  
ཉེ་བར་ལེན་པ་ཐ་དད་འགྱུར། །  
ཉེ་བར་ལེན་པ་མ་གཏོགས་པར། །  
ཚུད་གྱི་བདག་ནི་གང་ཞིག་ཡིན། ། ར

སྒྲུར་གྱི་བདག་དེ་ཉིད་ད་ལྟའི་བདག་ཏུ་འགྱུར་སྒྲུལ་ན་མི་འཐད་དེ། སྒྲུ་ཕྱིའི་ཉེ་བར་ལེན་  
པ་ཐུང་པོ་ཐ་དད་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཟུབ་སྟེ། ཉེ་བར་ལེན་པ་མ་གཏོགས་པར་ཚུད་གྱི་  
བདག་ནི་གང་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཉེ་བར་ལེན་པ་མ་གཏོགས་པའི། །  
བདག་ཡོད་མ་ཡིན་བྱས་པའི་ཚོ། །  
ཉེ་བར་ལེན་ཉིད་བདག་ཡིན་ན། །

ཉེ་བར་ལེན་པ་མ་གཏོགས་པ་བདག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་བྱས་པའི་ཚོ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཉིད་  
བདག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཚུད་གྱི་བདག་ནི་མེད་པ་ཡིན། ། ལ

ཁྱོད་གྱི་བདག་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤང་པོའི་རྣམ་གྲངས་ཙམ་དུ་  
ཟད་པའི་ཕྱིར།

ཉེ་བར་ལེན་ཉིད་བདག་མ་ཡིན། 1

དེ་འབྱུང་བ་དང་འཇིག་པ་ཡིན། 1

ཉེ་བར་ལེན་པ་ཉིད་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། གང་ཟག་གི་བདག་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བ་དང་ནི་  
འཇིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཉེ་བར་སྤང་བ་ཇི་ལྟ་བུར། 1

ཉེ་བར་ལེན་པོ་ཡིན་པར་འགྱུར། 1 6

ཉེ་བར་སྤང་བ་ཇི་ལྟ་བུར་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། བྱ་བྱེད་  
གཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

བདག་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས། 1

གཞན་དུ་འཐད་པ་ཉིད་མ་ཡིན། 1

གལ་ཏེ་གཞན་ན་ལེན་མེད་པར། 1

གཟུང་ཡོད་རིགས་ན་གཟུང་དུ་མེད། 1 6

བདག་ནི་ཆོས་ཅན། ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས་རྫས་གཞན་དུ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཤམ་ཏེ་དེ་  
ལས་རྫས་གཞན་ཡིན་ན་ཉེར་ལེན་མེད་པར་གཟུང་དུ་ཡོད་རིགས་ན་དེ་ལྟར་གཟུང་དུ་མེད་  
པའི་ཕྱིར།

དེ་ལྟར་ལེན་ལས་གཞན་མ་ཡིན། 1  
དེ་ནི་ཉེར་ལེན་ཉིད་ཀྱང་མིན། 1  
བདག་ནི་ཉེ་བར་ལེན་མེད་མིན། 1  
མེད་པ་ཉིད་དུ་འད་དེ་མ་ངེས། 1 <

བདག་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཉེར་ལེན་ལས་རྫས་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་སྒྲུང་རུང་མ་  
དམིགས་པའི་ཕྱིར། ཉེར་ལེན་ཉིད་ཀྱང་མིན་ཉེ་བར་ལེན་མེད་མིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་འད་མ་  
ངེས་ཏེ། སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོགས་པའི་ཕྱིར།

འདས་པའི་དུས་ན་མ་བྱུང་ཞེས། 1  
བྱ་བ་དེ་ཡང་མི་འཐད་དོ། 1  
སྒྲིན་ཆོ་རྒྱལ་ས་སུ་གང་བྱུང་བ། 1  
དེ་ལས་འདི་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། 1 ལ

བདག་འདས་པའི་དུས་ན་མ་བྱུང་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་མི་འཐད་དོ། སྒྲིན་ཆོ་རྒྱལ་ས་སུ་གང་  
བྱུང་བའི་བདག་དེ་ལས་ད་ལྟའི་བདག་འདི་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་འདི་ནི་གཞན་གྱི་རྒྱུ་ལྟར་ན། །

གལ་ཏེ་སྤྲུལ་ཕྱི་འི་བདག་འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

དེ་མེད་པར་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

དེ་བཞིན་དེ་ནི་གནས་འགྱུར་ཞིང་། །

དེར་མ་ཤི་བར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། ། ༡༠

ད་ལྟའི་བདག་འདི་སྤྲུལ་གྱི་བདག་དེ་མེད་པར་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དང་སྤྲུལ་གྱི་  
བདག་དེ་ནི་སྤྲུལ་གྱི་དེ་བཞིན་དུ་ཕྱིས་གནས་པར་འགྱུར་ཞིང་ཆོ་སྤྲུལ་དེར་མ་ཤི་བར་  
འདིར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དང་།

ཆད་དང་ལས་རྣམས་ཟུང་བ་དང་། །

གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་ལས་རྣམས་ནི། །

གཞན་གྱིས་སོ་སོར་ཁྱོད་བ་དང་། །

དེ་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། ། ༡༡

སྒྲ་མའི་བདག་རྒྱན་ཆད་པ་དང་ལས་རྣམས་རྒྱད་བ་དང་། གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་  
ལས་རྣམས་ནི་གཞན་གྱིས་སོ་སོར་སྦྱང་བ་དང་། ལས་མ་བྱས་པ་དང་ཕྱད་པ་དེ་ལ་  
སོགས་པར་ཐར་བར་འགྱུར་རོ། །

མ་བྱང་བ་ལས་འབྱང་མིན་ཏེ། །  
འདི་ལ་སྦྱོན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །  
བདག་ནི་བྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་། །  
འབྱང་བའམ་རྒྱ་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར། ། ༡༢

བདག་དེ་སྒྲར་མ་བྱང་བ་ལས་བྱང་བ་མིན་ཏེ། འདི་ལ་སྦྱོན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
ཏེ། གང་ཞིག་བདག་ནི་བྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་རྒྱ་མེད་ཅན་དུ་འབྱང་བར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

དེ་ལྟར་བདག་བྱང་བདག་མ་བྱང་། །  
གཉིས་ཀ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར། །  
འདས་ལ་ལྟ་བ་གང་ཡིན་པ། །  
དེ་དག་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༡༣

དེ་ལྟར་བདག་བྱང་མ་བྱང་གཉིས་ཀ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་འདས་པ་ལ་ལྟ་བ་གང་ཡིན་  
པ་དེ་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་བྱང་མ་བྱང་རེ་རེ་བ་ཁེགས་པའི་ཕྱིར།



མ་འོངས་དུས་གཞན་འབྱུང་འབྱུར་དང། །  
 འབྱུང་བར་མི་འབྱུར་ཞེས་བྱ་བར། །  
 ལྷ་བ་གང་ཡིན་དེ་དག་ནི། །  
 འདས་པའི་དུས་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། ། ༡༥

བདག་མ་འོངས་པའི་དུས་གཞན་དུ་འབྱུང་འབྱུར་དུ་དང་འབྱུང་བར་མི་འབྱུར་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལྷ་བ་གང་ཡིན་དེ་དག་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཐལ། བདག་འདས་པའི་དུས་སུ་  
 བྱུང་མ་བྱུང་འགོག་པ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(སྔོན་གྱི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པའི་བཞི་ཚན་གཉིས་པ་དགག་པ་)ནི། མི་ནས་ལྷར་སྐྱེ་བའི་ཆོ་ལྷ་  
 མི་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་གམ་ཐ་དད། དང་པོ་ལྷར་ན།

གལ་ཏེ་ལྷ་དེ་མི་དེ་ན། །  
 དེ་ལྷ་ན་ནི་རྟག་པར་འབྱུར། །  
 ལྷ་ནི་མ་སྐྱེས་ཉིད་འབྱུར་ཏེ། །  
 རྟག་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། ། ༡༦

ལྷ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རྟག་པར་འབྱུར་བར་ཐལ། མི་དེ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཆོས་ཅན། མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུ་འབྱུར་བར་ཐལ་ལོ། ། ལྷ་བ་སྐྱེ།

རྟག་པ་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་ལྷ་ལས་མི་གཞན་ན། །  
 དེ་ལྷ་ན་ནི་མི་རྟག་འགྱུར། །  
 གལ་ཏེ་ལྷ་མི་གཞན་ཡིན་ན། །  
 གྱུད་ནི་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། ༡༤

གལ་ཏེ་ལྷ་ལས་མི་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཡིན་ན། དེ་ལྷ་ན་ནི་མི་དེ་མི་རྟག་ཅིང་གྱུན་  
 ཆད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། ། བྱབ་སྟེ། གལ་ཏེ་ལྷ་མི་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཉིད་ན་  
 གྱུད་གཅིག་ནི་འཐད་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། རིལ་པོ་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པའི་སྐྱོན་མེད་  
 དེ། མིའི་ལུས་བཏང་ནས་ལྷའི་ལུས་ལེན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་ཕྱོགས་གཅིག་ལྷ་ཡིན་ལ། །  
 ཕྱོགས་གཅིག་མི་ནི་ཡིན་གྱུར་ན། །  
 རྟག་དང་མི་རྟག་འགྱུར་བ་ཡིན། །  
 དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༡༥

མི་ནས་ལྷར་སྐྱེ་འགྱུར་གྱི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། གལ་ཏེ་ཕྱོགས་གཅིག་བདག་གི་ངོས་ནས་ལྷ་ཡིན་ལ། ཕྱོགས་གཅིག་

ལྷུས་ཀྱི་རོས་ནས་མི་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ།  
། ཆོས་ཅན་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ།

གལ་ཏེ་རྟག་དང་མི་རྟག་པ། །

གཉིས་ཀ་གྲུབ་པར་གྱུར་ན་ནི། །

རྟག་པ་མ་ཡིན་མི་རྟག་མིན། །

འགྲུབ་པར་འགྱུར་བར་འདོད་ལ་རག། ༡༥

གལ་ཏེ་རྟག་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་གྲུབ་པར་འགྱུར་ན་ནི་རྟག་པ་མ་ཡིན་མི་རྟག་  
པའང་མ་ཡིན་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་བ་འདོད་ལ་རིག་ནའང་རྟག་མི་རྟག་རྟུ་མ་གྲུབ་པའི་  
ཕྱིར། བདག་རྟག་སྟེ། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འཁོར་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བདག་རྟག་པ་མེད་  
པར་ཐལ།

གལ་ཏེ་གང་ཞིག་གང་ནས་གང། །

འོང་ཞིང་གང་དུ་འང་འགྲོ་འགྱུར་ན། །

དེ་ཕྱིར་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་པར། །

འགྱུར་ན་དེ་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༡༥

གལ་ཏེ་བདག་གང་ཞིག་གང་ནས་གང་འོངས་ཤིང་གང་དུ་འང་འགྲོ་བར་འགྱུར་བ་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་དེའི་ཕྱིར་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པར་འཁོར་བའི་བདག་ཡོད་པར་

འབྱུང་ན་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མི་རྟག་པ་གང་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་  
ཡིན་པར་འབྱུང་ཏེ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ།

གལ་ཏེ་རྟག་པ་འགའ་མེད་ན། །  
མི་རྟག་གང་ཞིག་ཡིན་པར་འབྱུང་། །  
རྟག་པ་དང་ནི་མི་རྟག་དང་། །  
དེ་གཉིས་བསལ་བར་གྱུར་པའོ། ། 20

གལ་ཏེ་རྟག་པ་འགའ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟག་པ་དང་ནི་མི་རྟག་པ་གཉིས་  
ཀ་དང་དེ་གཉིས་བསལ་བར་གྱུར་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། རྟག་མི་རྟག་རེ་རེ་བ་རང་  
བཞིན་གྱིས་ མེད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ (ཕྱི་མའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པའི་བཞི་ཚན་གཉིས་པ་དགག་པ་) ལྟོ།  
གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་ན། །  
འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་། །  
གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་མཐའ་མེད་ན། །  
འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་། ། 21

འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཇི་ལྟར་ཡོད་པར་འབྱུང་ཏེ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ། གལ་ཏེ་འཇིག་

རྟེན་མཐའ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་མ་རོལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་  
བར་ཐལ། གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་མཐའ་སྟེ་འཇིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གང་ཕྱིར་སྤང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན། །  
འདི་ནི་མར་མེའི་འོད་དང་མཚུངས། །  
དེ་ཕྱིར་མཐའ་ཡོད་ཉིད་དང་ནི། །  
མཐའ་མེད་ཉིད་ཀྱང་མི་རིགས་སོ། ། 22

འཇིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་ཉིད་དང་ནི་མི་འཇིག་པར་མཐའ་མེད་ཉིད་ཀྱང་མི་རིགས་ཏེ། གང་  
གི་ཕྱིར་སྤང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་དེ་ནི་མར་མེའི་འོད་དང་མཚུངས་པར་སྒྲ་མ་ཞིག་ནས་ཕྱི་  
མ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་སྒྲ་མ་འཇིག་འགྱུར་ཞིང་། །  
སྤང་པོ་འདི་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། །  
སྤང་པོ་དེ་ནི་མི་འབྱུང་ན། །  
དེས་ན་འཇིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་འགྱུར། ། 23

འཇིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་སྤང་པོ་སྒྲ་མ་འཇིག་པར་འགྱུར་ཞིང་སྤང་པོ་  
འདི་ལ་རྟེན་བྱས་ནས་ཕྱི་མའི་སྤང་པོ་འདི་ནི་མི་འབྱུང་ན་དེས་ན་འཇིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་དུ་  
འགྱུར་ནའང་སྤང་པོ་ཕྱི་མ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་སྤྲུལ་མ་མ་འཛིག་ཅིང་། །  
ཕུང་པོ་འདི་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། །  
ཕུང་པོ་དེ་ནི་མི་འབྱུང་ན། །  
དེས་ན་འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་འགྱུར། ། ༢༤

འཛིག་རྟེན་མཐའ་མེད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། གལ་ཏེ་ཕུང་པོ་སྤྲུལ་མི་འཛིག་  
ཅིང་ཕུང་པོ་འདི་ལ་རྟེན་བྱས་ནས་ཕྱི་མའི་ཕུང་པོ་འདི་ནི་མི་འབྱུང་ན་དེས་ན་འཛིག་རྟེན་  
མཐའ་མེད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འགྱུར་ན་འང་ཕུང་པོ་སྤྲུལ་ལས་ཕྱི་མ་འབྱུང་བའི་  
ཕྱིར།

གལ་ཏེ་ཕྱོགས་གཅིག་མཐའ་ཡོད་ལ། །  
ཕྱོགས་གཅིག་མཐའ་ནི་མེད་འགྱུར་ན། །  
འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་མཐའ་མེད་འགྱུར། །  
དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༢༥

འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀར་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་ཕྱོགས་གཅིག་  
མཐའ་ཡོད་ལ་ཕྱོགས་གཅིག་མཐའ་ནི་མེད་པར་གྱུར་ན་འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་དང་  
མཐའ་མེད་དུ་འགྱུར་ན་འང་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཇི་ལྟ་བུར་ན་ཉེར་ལེན་པོ་འི། ༡

ཕྱོགས་གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་འབྱུང་ལ། ༡

ཕྱོགས་གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་མི་འབྱུང། ༡

དེ་ལྟར་དེ་ནི་མི་རིགས་སོ། ༡ ༢༤

ལེན་པ་པོ་འི་ཕྱོགས་གཅིག་འཛིག་། ཕྱོགས་གཅིག་མི་འཛིག་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ།  
ཇི་ལྟ་བུར་ན་ཉེར་ལེན་པ་པོ་ཕྱོགས་གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་པར་འབྱུང་ལ། ཕྱོགས་  
གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་པར་མི་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་དེ་ཡང་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར།

ཇི་ལྟ་བུར་ན་ཉེར་སྒྲུང་བ། ༡

ཕྱོགས་གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་འབྱུང་ལ། ༡

ཕྱོགས་གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་འབྱུང། ༡

དེ་ལྟར་དེ་ཡང་མི་རིགས་སོ། ༡ ༢༥

སྒྲུང་བུ་ཕྱོགས་གཅིག་འཛིག་ཕྱོགས་གཅིག་མི་འཛིག་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཇི་ལྟ་  
བུར་ན་ཉེར་སྒྲུང་བུ་ཕྱོགས་གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་པར་འབྱུང་ལ། ཕྱོགས་གཅིག་  
རྣམ་པར་འཛིག་པར་མི་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་དེ་ཡང་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར།



གལ་ཏེ་མཐའ་ཡོད་མཐའ་མེད་པ། །

གཉིས་ཀ་གྲུབ་པར་གྱུར་ན་ནི། །

མཐའ་ཡོད་མ་ཡིན་མཐའ་མེད་མིན། །

འགྲུབ་པར་འགྱུར་བར་འདོད་ལ་རག། 28

མཐའ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་མཐའ་  
ཡོད་མཐའ་མེད་གཉིས་ཀ་གྲུབ་པར་གྱུར་ན་ནི་མཐའ་ཡོད་མ་ཡིན་མཐའ་མིན་པ་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འགྱུར་བ་འདོད་ལ་རག་ན་འང་དེ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
(དོན་དམ་པར་སྒྲིས་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བས་ལྟ་བ་དེ་ལ་མི་གནས་པ་)ནི། རྟེན་འབྲེལ་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་  
བྱུང་བསྟན་ནས་སྒྲིན་སྤངས་པ་ལས།

ཡང་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དག། །

སྟོང་ཕྱིར་རྟག་ལ་སོགས་ལྟ་བ། །

གང་དག་གང་དུ་གང་ལ་ནི། །

ཅི་ལས་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་འགྱུར། ། 29

ཡང་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དག་ཆོས་ཅན། རྟག་པ་ལ་སོགས་པར་ལྟ་བ་གང་ དག་  
ལྟ་ལ་གང་དུ་རྒྱུད་གང་ལ་ནི་རྒྱ་ཅི་ལས་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
དེ། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ལྷ་བ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་སྟེ་ཐ་མའོ། །  
ལྷ་བ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་དུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་སྟེ་ཐ་མའོ། །

གསུམ་པ་དེ་ལྷ་ར་སྟོན་པའི་བཀའ་ངོན་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་ཕྱག་ནི།

གང་གིས་བྱགས་བརྩེ་ཉེར་བཟུང་ནས། །

ལྷ་བ་ཐམས་ཅད་སྤང་བའི་ཕྱིར། །

དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་མཛད་པ། །

གོ་ཏམ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། ། ༣༠

གང་གིས་བྱགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་ཉེབར་བཟུང་ནས་ལྷ་བ་དན་པ་ཐམས་ཅད་སྤང་བའི་  
ཕྱིར་དུ་དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་པར་མཛད་པའི་གོ་ཏམ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

བཞི་པ་མཐུག་གི་དོན་ལ་གཉིས། སྟོབ་དཔོན་གང་གིས་མཛད་པ་དང་། ལོ་པཎ་གང་  
གིས་བསྐྱར་བའོ། །

དང་པོ་(སྟོབ་དཔོན་གང་གིས་མཛད་པ་)ནི། དབུ་མ་རྩ་བའི་ཆོག་ལེན་པ་ཤེས་རབ་ཅེས་  
བྱ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་མཛོད་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ། དོན་དམ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཡང་  
དག་པར་སྟོན་པ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཕྱིན་པའི་ཚུལ་གསལ་བར་བྱེད་པ། སྟོབ་དཔོན་

བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱབ་མི་འཕྲོགས་པའི་མཁུན་རབ་དང་ཐུགས་རྗེ་ལྡན་  
པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཐེག་པ་སློན་མེད་པའི་ཚུལ་གསལ་བར་བྱེད་པ། རབ་ཏུ་  
དགའ་བའི་ས་བསྐྱབས་ནས། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་གཤེགས་པ། འཇིག་རྟེན་གྱི་  
ཁམས་དང་པོའི་འོད་ཅེས་བྱ་བར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་འོད་ཅེས་  
བྱ་བར་འབྱུང་བས་མཛད་པ་ཚྛོགས་སོ། །

གཉིས་པ་(ལོ་པར་གང་གིས་བསྐྱར་བ་)ནི། དབང་ཐུག་དམ་པའི་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེན་  
པོ་དཔལ་ལྷ་བཙན་པོའི་བཀའ་ལུང་གིས། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཆེན་པོ་དབུ་མ་པ། རྩོ་  
ན་གར་དང་ཁྱེ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དག་སྤྲོད་ཅོག་རོ་སྤྲི་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་བསྐྱར་ཅིང་ཁྱས་  
ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

འདི་ལ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་ཙུ་བདུན། ཤོ་ལོ་ཀ་བཞི་བརྒྱ་བཞི་བཅུ་ཙུ་དགུ་ཡོད། བམ་  
པོ་ནི་བྱེད་དང་གཉིས་སུ་བྱས་སོ། ། སྤྲད་ཀྱིས་ཁ་ཆེའི་གྲོང་ཁྱེར་དཔེ་མེད་གྱི་  
དཔུང་། གཙུག་ལག་ཁང་རིན་ཆེན་སྤྲས་པའི་དབུས་སུ། ཁ་ཆེའི་མཁན་པོ་ཉ་སུ་མ་ཏི་  
དང་། བོད་ཀྱི་སྤྱོད་བསྐྱར་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་པ་ཆབ་ཉི་མ་གྲགས་ཀྱིས་མིའི་བདག་པོ་འཕགས་  
པ་ལྷ་འི་སྐུ་རིང་ལ་འབྲེལ་པ་ཆོག་གསལ་བ་དང་བསྐྱུན་ནས་བཅོས་པའོ། །

སྤྲད་ཀྱིས་ར་ས་འཕྲུལ་སྤང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཀ་ན་ཀ་དང་།  
ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱེ་ཆེན་གྱིས་པའོ། །

སེར་བྱེས་ཆ་དག་འདུན་རྒྱ་མཚོས་འཕྲུལ་དེ་བ་ཏུ་སྤྲིག་པའོ།